

સાંકળીયું પુસ્તક ૩ જાનું.



| અ. | સર | સર. |
|-----------------------------------|-----|---------------------------------|
| અધરી જાહેર.. .. . | ૧૬૧ | ખોરાક, ફૂંધમાં લેલ ૩૧૭ |
| અલખીયુમેન.. .. . | ૧૫૫ | ખાડ.. .. . ૧૬૬ |
| ઈ. | | ગ. |
| ઈમારતો, જાહેર | ૧ | ગભીરીતલાનો ફેલાવો મુંખઈમાં.. ૬૨ |
| ઉ. | | " અખરીકામાં .. . ૨૫૬ |
| ઉંઘની સમજ | ૮૮ | " મુકવાનો જખરદસત ધા .. |
| ઉમર જુદી જુદીમાં મરણ.. .. | ૭ | રો ૧૩૨, ૧૬૧ |
| ઓ. | | ગઠરો, મુંખઈની ૮૭ |
| ઓરતો, પારસી, ઉપર પડતી જશ. ૩૦૮ | | " વીશે વીચાર. .. ૩૫૦, ૩૮૨ |
| " " દસતાનની વખતે | | ગલીચી દુર કરવાની રીત.. .. ૮૫ |
| ચાલચલણ.. .. . | ૩૨૩ | ઘ. |
| " " મુવાવડીની હાલત. ૩૦૮ | | ઘર, ઈંગલંડ દેશનાં. .. . ૧૨૫ |
| ક. | | ઘરણીની અસર. .. . ૮૨ |
| કચરાનાં પેટારા | ૬૬ | ધારસથાન, મુંખઈનાં .. . ૨૨૫ |
| કસરત અને ગમત, હીંદુઓમાં.. ૧૮૭ | | ચ. |
| કારખાના, ખેગારીઓને છુટી.. ૧૨૮ | | ચરખી. .. . ૧૬૬ |
| કેઝીન. | ૧૫૫ | ચરચા પતરીઓને અખર .. ૬૪, ૮૬ |
| ખ. | | ચામડી.. .. . ૫૦ |
| ખહી બ્રાલા માણસને માટે સંભાલ. ૧૬૦ | | " નો ઉપીયોગ. .. . ૩૭૨ |
| ખાટકીવાર, મુંખઈનાં | ૩૨૧ | ચેપી રોગ વીશે ધારા .. . ૧૭૦ |
| ખાર.. .. . | ૨૧૦ | જ. |
| ખુબ્લી | ૧૮ | ખત, જુદી જુદીમાં મરણ.. .. ૬૬ |
| ખોરાક, હીંદુઓનો.. .. . | ૭૫ | ખનવરોની જાંઘીની લંબાઈ.. ૨૧૮ |
| " ની મતલબ. | ૧૦૮ | જાંઘી એટલે શું? .. . ૧૫૧ |
| અલખીયુમેન, શાઈખરીન | | " ની લંબાઈ. .. . ૧૫૧ |
| કેઝીન.. .. . | ૧૫૫ | " " ઝાડ પાંનની .. ૧૮૬ |
| ચરખી, ખાંડ, સરારચ.. ૧૬૬ | | " " માણસની.. ૨૪૩ |
| ખાર, નીમક. | ૨૧૦ | .. ૨૭૮, ૨૮૬, ૩૪૭ |
| ફૂંધ.. .. . | ૨૬૬ | " લાંબી રાખવાની કલા. ૧૮૬, |
| | | ૨૧૮, ૨૪૩, ૨૭૮, ૨૮૬, ૩૪૭, ૩૬૮ |

| | | | |
|------------------------------|-------------|--------------------------------|-------------|
| ૭૫ એ ય ચીજછે ? | સરે. ૧૧૧ | નીમક. | સરે. ૨૧૦ |
| ઝ. | | પ. | |
| ઝાડ પાનની છંદગીની લંબાઈ.. | ૧૮૬ | પરચુરણ. ૩૧,૬૧,૯૪,૧૨૮,૧૫૯ | |
| ત. | | ૧૬૧,૨૨૩,૨૫૬,૨૮૬,૩૫૦,૩૮૨ | |
| તનદરોસત બચાંનું ચીતર.. | ૩૦,૨૮૭ | પેટ ચીરીને બચું કાઢાડીયું ! .. | ૬૫ |
| તનદરોસતીને લગતી હીંદુઓની રીત | | પેટેરવાસ, હીંદુઓનો. .. | ૧૦૫ |
| લાંત.. | ૫૫, ૭૧, ૧૦૫ | પાણી . .. | ૧૪૭ |
| ૧૪૭, ૧૮૨, ૧૯૭, ૨૪૯ | | પ મુંબઈમાં. .. | ૨૨૩ |
| તનદરોસતી દેવી | ૨૮૭ | ફ. | |
| " કે દોલત, મું ગમેછે ? | ૨૯૧ | શાહખરીન .. | ૧૫૫ |
| " ને લગતી બાબત બુદ્ધા | | બ. | |
| ઓને માટે.. .. | ૩૧ | બચું જનમીયા પછી તરતની મા | |
| " બચાંની. ૧૩,૪૩,૭૬, | | વજત. .. | ૨૩૬,૨૮૩,૩૨૬ |
| ૧૧૬,૧૪૨,૧૭૫,૨૦૦, | | બચાંની તનદરોસતી. ૧૩,૪૩,૭૬ | |
| ૨૩૬,૨૮૩,૩૨૬,૩૭૫ | | ૧૧૬, ૧૪૨, ૧૭૫, ૨૦૦, | |
| તપકો, મારો. | ૨૧૩ | ૨૩૬,૨૮૩,૩૨૬,૩૭૫ | |
| તપકીર મુંબનારને મુચના.. | ૨૮૮ | બચાંના બાંધાનું માન. .. | ૧૧૬,૧૪૨ |
| તપતલો. | ૨૮ | " દરદ.. | ૨૮૮ |
| તબેલા. | ૩૫૩ | " તનદરોસતનું ચીતર. ૩૦,૨૮૭ | |
| તલી. | ૨૮ | બજાર મુંબઈના. . . | ૨૮૬ |
| તાય, મહેરીયા..... | ૩૦૦ | બદનની સજાઈ. . . | ૧૮૨ |
| " ની નીશાણી અને ઊપાયે. | ૩૩૪ | " બનાવટ .. | ૧૦૮ |

| | સપ્રે. | | સપ્રે. |
|-------------------------------------|-----------------------------------|--|--------|
| મહીના તથા રૂઠાં મરણુ. . . ૧૩૦ | મુતરખાના, મુંબઈનાં . . . ૧૨૬ | | |
| માણસની જીંદગી, લાંબીનાં દાખ | મેરવાનખાગ, મુંબઈનાં . . . ૧ | | |
| લા . . . ૨૪૩, ૨૭૮, ૩૪૭ | માંખતું જોડેર. . . ૩૫૨ | | |
| " નો આધાર. ૨૬૬ | | | |
| મા આપ તેણે બચું . . . ૪૩ | | | |
| " ઊપર બચાંની તનદરોસ | રસતા, મુંબઈનાં . . . ૩૩ | | |
| તીનો આધાર. . . ૧૩ | રહેકાણુ, હીંદુઓનાં . . . ૧૬૨ | | |
| મુંબઈ શેહેરમાં મરણુ. ૭, ૪૧, ૬૧, | | | |
| ૬૯, ૧૦૨, ૧૩૦, ૧૬૨, ૧૯૧, ૨૦૩, ૨૮૬ | સઠારચ. . . ૧૬૬ | | |
| મુંબઈ શેહેરની જોડેર ઇમારતો. . . ૧૨૫ | સપનો . . . ૨૧૬ | | |
| " ના રસતા . . . ૩૩ | " ના દાખલા . . . ૨૫૨ | | |
| " ની ગટરો . . . ૯૭ | સહીયેડની રસી મુકવાની ચાલ. . . ૧૫૯ | | |
| " ના મુતરખાના. . . ૧૨૬ | સીવવાનો સાચો, દરદોનું કારણ. ૯૪ | | |
| " ની જોડેર અધરીઓ. ૧૬૧ | સુવાવડખાતું. . . ૧૭૫ | | |
| " નું નરક . . . ૧૯૩ | સુવાવડી ઓરતોની હાલત. . . ૩૦૬ | | |
| " ના ધોરસથાનો. . . ૨૨૫ | સાંપનાં દંખનો ઊપાયે. . . ૨૫૬, ૨૭૦ | | |
| " ના મસાન અને દો | | | |
| ખમાં . . . ૨૫૭ | | | |
| " ના બળર . . . ૨૮૯ | હમેલવાલી ઓરતની હાલત ઊપર | | |
| " ના ખાટકીવાર. . . ૩૨૧ | બચાંની તનદરોસતીનો આધાર. ૭૬ | | |
| " ના તમેલા. . . ૩૫૩ | હવા . . . ૫૭ | | |
| " ની તનદરોસતી. . . ૧૯૧ | " ગલીચ. . . ૨૮ | | |
| " માં જનમની ગણતરી. ૨૩૩ | " " ચાકસ જગાની. . . ૧૧ | | |
| " માં ચાલુ રોગ. ૩૦૦, ૩૩૪ | " " પાછી દમમાં લીધાથી | | |
| મુંબઈ ઇલાકામાં ગણતરીતલાનો છે | થતાં દરદો. . . ૩૬૩ | | |
| લાવો. . . ૨૬ | | | |



| સરે. | સરે. |
|------------------------------------|-----------------------------------|
| જીવ એ શું ચીજછે ? ૧૧૧ | નીમક. ૨૧૦ |
| અ. | પ. |
| ઝાડ પાનની જીંદગીની લખાઈ .. ૧૮૬ | પરચુટણ. ૩૧, ૬૧, ૮૪, ૧૨૮, ૧૫૯ |
| ત. | ૧૯૧, ૨૨૩, ૨૫૬, ૨૮૬, ૩૫૦, ૩૮૨ |
| તનદરોસત બચાવું ચીતર .. ૩૦, ૨૮૭ | પેટ ચીરીને બચું કાઢાડીયું ! .. ૮૫ |
| તનદરોસતીને લગતી હીંદુઓની રીત | પેહેરવાસ, હીંદુઓનો. ૧૦૫ |
| ભાંત .. ૫૫, ૭૧, ૧૦૫ | પાણી. ૧૪૭ |
| ૧૪૭, ૧૮૨, ૧૯૭, ૨૪૯ | " મુંબઈમાં. ૨૨૩ |
| તનદરોસતી દેવી ૨૮૭ | ધ. |
| " કે દોલત, શું ગમેછે ? ૨૯૧ | શાઈબરીન ૧૫૫ |
| " ને લગતી બાબત બુદ્ધા | ખ. |
| ઓને માટે ૩૧ | બચું જનનીયા પછી, તરતની મા |
| " બચાંની. ૧૩, ૪૩, ૭૬, | વજત. ૨૩૬, ૨૮૩, ૩૨૬ |
| ૧૧૬, ૧૪૨, ૧૭૫, ૨૦૦, | બચાંની તનદરોસતી. ૧૩, ૪૩, ૭૬ |
| ૨૩૬, ૨૮૩, ૩૨૬, ૩૭૫ | ૧૧૬, ૧૪૨, ૧૭૫, ૨૦૦, |
| તપકો, મારો. ૨૧૩ | ૨૩૬, ૨૮૩, ૩૨૬, ૩૭૫ |
| તપકીર સુધનારને સુચના ૨૮૮ | બચાંના બાધાનું માન. .. ૧૧૬, ૧૪૨ |
| તપતલી. ૨૮ | " દરદ ૨૮૮ |
| તમેલા. ૩૫૩ | " તનદરોસતનું ચીતર. ૩૦, ૨૮૭ |
| તલી ૨૮ | બજાર મુંબઈના. ૨૮૬ |
| તાપ, મલેરીયા. ૩૦૦ | બદનની સ્પર્શ. ૧૮૨ |
| " ની નીશાણી અને ઊપાયે. ૩૩૪ | " બનાવટ ૧૦૮ |
| ડ. દ. | બરફનો ઊપીયોગ ૧૨૨ |
| દરદના કારણો. ૧૫૬ | " થંડું કે ગરમ ? ૧૨૨ |
| દસ્તાનવાલી ઓરતોની માવજત. ૩૨૩ | બલોર. ૨૮ |
| દાઈ, સીંચેલી. ૨૦૦ | બીરનો ખપ, યુરોપમાં ૩૫૨ |
| ડાકટરો થયા તેમ દરદો પણ વધીયાં ! ૫૩ | મ. |
| દાઝ અને પાણી પીનાર વચે તકાવત. ૨૮૭ | મજેનતા રંગનું જેહેર ૩૫૨ |
| દુધ ૨૬૬ | મતનનો કસ લીખીગનો, વીશે વ |
| " માં લેલ. ૩૧૭ | સવસો ૬ |
| " " કરવો ગુનાહ કેહેવાયે | મતોડી સુકી, ગલીચી દુર કરનાર. ૮૫ |
| કે નહી ? ૩૬૦ | મરદ અને ઓરતમાં મરણ મુંબઈમાં ૪૧ |
| દોષમાં. ૨૫૭ | મરણ, મુંબઈમાં. ૭, ૪૧, ૬૧, ૬૬, |
| ધ. | ૧૦૨, ૧૩૦, ૧૬૨, ૧૯૧, ૨૦૨, ૨૮૬ |
| ધંધાદારીઓમાં મરણ ૨૦૩ | " લંડન શેહેરમાં ૧૨૮ |
| ન. | " ના કારણો ૧૦૨ |
| નાહવાની તરેહવાર રીત ૮૪ | મલેરીયાનું જેહેર ૩૦૦ |
| " મતલબ અને જરૂર, .. ૨૬ | મસાન ૨૫૭ |

| સપે. | સપે. |
|----------------------------------|----------------------------------|
| મહીના તથા રૂપમાં મરણ. . . ૧૩૦ | મુતરખાના, મુંબઈનાં . . . ૧૨૬ |
| માણસની જીંદગી, લાંબીનાં દાખ | નિરવાનખાગ, મુંબઈનાં . . . ૧ |
| લા . . . ૨૪૩, ૨૭૮, ૩૪૭ | માંખનું જોડેર. . . ૩૫૨ |
| " નો આધાર. ૨૬૬ | ૨. |
| માખ પાપ તેણું બચું . . . ૪૩ | રસતા, મુંબઈનાં . . . ૩૩ |
| " ઊપર બચ્ચાની તનદરોસ | રેડેકાણ, હીંદુઓનાં . . . ૧૬૨ |
| તીનો આધાર. . . ૧૩ | શ. સ. |
| મુંબઈ શેહેરમાં મરણ ૭, ૪૧, ૬૧, | સઠારચ. . . ૧૬૬ |
| ૬૯, ૧૦૨, ૧૩૦, ૧૬૨, ૧૯૧, ૨૦૮, ૨૮૬ | સપનો . . . ૨૧૬ |
| મુંબઈ શેહેરની જોડેર ઇમારતો . . ૧ | " ના રસતા . . ૩૩ |
| " ના રસતા . . ૩૩ | " ના દાખલા . . ૨૫૨ |
| " ની ગરો . . ૬૭ | સહીયેડની રસી મુકવાની ચાલ . . ૧૫૯ |
| " ના મુતરખાના . . ૧૨૬ | સીવવાનો સોચો, દરદોનું કારણ. ૯૪ |
| " ની જોડેર અધરીઓ. ૧૬૧ | મુવાવડખાનું . . . ૧૭૫ |
| " નું નરક . . ૧૬૩ | મુવાવડી ઓરતોની હાલત . . ૩૦૯ |
| " ના ધોરસથાનો . . ૨૨૫ | સાપનાં દંખનો ઊપાયે. . ૨૫૬, ૨૭૦ |
| " ના મસાન અને દો | ૬. |
| ખમાં . . ૨૫૭ | હમેલવાલી ઓરતની હાલત ઊપર |
| " ના બખર . . ૨૮૬ | બચ્ચાની તનદરોસતીનો આધાર. ૭૬ |
| " ના ખાટકીવાર . . ૩૨૧ | હવા . . . ૫૭ |
| " ના તખેલા . . ૩૫૩ | " ગલીચ . . ૨૮ |
| " ની તનદરોસતી . . ૧૯૧ | " ઓકસ જગાની . . ૧૧ |
| " માં જનમની ગણતરી. ૨૩૩ | " પાછી દમમાં લીધાથી |
| " માં ચાલુ રોગ. ૩૦૦, ૩૩૪ | થતાં દરદો . . ૩૬૩ |
| મુંબઈ ઇલાકામાં ગણીશીતલાનો ફે | |
| લાવો . . . ૨૬ | |

તંનદરેસતી.

જાનેવારી ૧૮૬૯

જાહેર ઈમારતો.

મે. ફ. પાંનડે સાનીટરીયમ (ત્રિહરવાંન બાગ.)

દરદી ગર્ભીય પારસીઓને હુવા ફેરબદલ કરવાને માટે અને તે
ઓની તનદરેસતી સુધારવાને માટે એક સખી પારસી ઘરહરાથે કો
લાબા મધે દરીયાને કીનારે અથવા બરાબર ખોલીયેતો દરીયાની અંદર
એક મોટી સુંદર અને સાદી ઈમારત બાંધીછે. દરીયાની અંદર મ
ટોડાની પુરણી કરીને નજદીક ૩૦૦ ચોરસ ફીટ જગા બનાવીને વ
ચોવચમાં નજદીક ૧૬૦ ચોરસ ફીટ જગા રાખીને ફરતી એક ચોર
સ ઈમારત ઉઠાવીછે. ઉગમણ તરફથી થોડી જગા ખાલી રાખીછે
અને અંદરની ખોલી જગાની વચોવચ એક સુંદર ઘડીગ્યાલનો જુદ
જ બાંધીયોછે. ઈમારતનો ગોઠવણ આ નીચે પરમાંણેનીછે. ૫૦ ફી
ટ લાંબા અને ૨૫ ફીટ પોહોલા એવા ૨૨ કટકા વચમાં સાત સાત
ફીટનો અંતર રાખીને પસચીમ, દક્ષીણ અને પુરવ તરફ બાંધી લીધા
છે. ઉતર તરફ બીજા લાગો કરતાં ગોઠવણ જુદી તરેહનીછે. ચાર
જુદા કટકાઓને બદલે એક મોટો કટકો બાંધીયોછે, તેમાં મોટા તરણ
ચોરડા બનાવેલાછે, પણ તેમાં દરદીઓને રાખવામાં નથી આવતા.
એ ચોરડાઓ ઘર ઘણીએ પોતાને માટે ખાસ જુદા રાખીયાછે. દ
રેક કટકાનો બે લાગ કીધાછે અને વચમાં ૪ ફીટ પોહોલી અને પા
યાથી ૮ ફીટ ઉંડી ગટર ચાલીછે. એ બે લાગતા વલી બીજા બે લા
ગ કીધાછે. એ પરમાંણે દરેક કટકાનાં ચાર દરદીઓને ફેરેવાને મા
ટે ગોઠવણ કીધીછે. દરેક દરદીને ફેરેવાને માટે એક ૧૮ ફીટ લાં

બો અને ૧૧ ફીટ પોહોલો ઓરડો બનાવીયોછે; એ ઓરડાની પછવાડે તેને લગતો એક ૧૧ ફીટ લાંબો અને ૭ ફીટ પોહોલો બીજો ઓરડોછે; તેમાં બબરચીખાંતું અને તાહાવાની જગા કીધીછે. એ બેઉ ઓરડાની ગોઠવણ એવી રીતે કીધીછે કે બેઉની સાથે કાંઈ પણ સંબંધ રહેતો નથી; વચ્ચેમાં દીવાલ આવીછે અને તેમાં બતી મુકવાને માટે કાચનું ચોકટું બેસાડીયુંછે; કે એક બતીની રોશની આગલા ઓરડામાં તેમ બબરચીખાંતામાં પડે. બબરચીખાંતામાં જવાને માટે બાજુના ખાલી ગાલા તરફથી જુદુ બારણું મુકીયુંછે; અને એવી ગોઠવણ કીધાથી બબરચીખાંતું આગલા ઓરડાથી તદ્દન અલાહેડું કીધુંછે. દરેક કટકાના ચારો ભાગ એવી રીતે ગોઠવીયાછે કે બબરચીખાંતું આગલા ઓરડાએની પછવાડે આવેછે અને તેથી ચારે બબરચીખાંતો વચલી ગટરની ખોલી જગા તરફ જુવેછે. બબરચીખાંતામાં એક ગરારની બારી મુકીછે અને તાંહાંથી ધુમાડો બાહર હવામાં નીકલી જાયછે. બબરચીખાંતું સાત ફીટ ઓરડાએ અને તેની પાસે ચાર ફીટ પોહોલો તાહાવાની જગા કીધીછે અને તાંહાં એક ખોલી બારી મુકીછે.

આગલા ઓરડા દરીયા તરફ અથવા વચમેના ચોક તરફ આવેલાછે. એ ઓરડાની ઉંચાઈ તજદીક ૨૪ ફીટછે અને આખા ઓરડાનો વીસતાર ૨૮૫૦ કીયુબીક ફીટ થાયછે. દરેક ઓરડામાં તરણ બારણા અને એક બારી મુકીછે. એક બારણું અને બારી આગલી તરફ આવીછે; બીજું બારણું વચલા ખાલી ગાલા તરફ આવીયુંછે અને તે તરફથી બબરચીખાંતામાં જવાને બનેછે; તરીજું બારણું પાસેના ઓરડામાં ઉઘડેછે અને તેથી પાસે પાસેના બે ભાગમાં સંબંધ રહેછે. બારણા ૧૦ ફીટ ઉંચાંછે; તેમાં વીનીશીયનની કાંઈપણ ગોઠવણ કીધી નથી. બારણાની ઉપર એક કાચનું ચોકટું બેસાડીયુંછે અને તે ઉઘડી શકેછે. બારી જમીનથી ચાર ફીટ ઉંચી ગોઠવીછે. બારી પાંચ ફીટ ઉંચીછે અને ઉપરના અરધા ભાગમાં વીનીશીયન બનાવીયાંછે. બારીને મથાલે એક કાચનું ચોકટું ઉઘડી શકે એવું ગોઠવીયુંછે. એ ઉપરથી માલમ પડેછે, કે મુંબઈના એક પ્રસંદ કરવા ભોગ ભાગ ઉપર દરીયાને કીનારે જાંહાં ચોખી હવાનો લાભ મલી શકેછે, તાંહાં એક સુંદર ઇમારત બાંધવામાં આવીછે. દરદીએને મા

ટે એલાહેદા ઓરડાઓ બનાવીયાછે કે જથી દરેકને લાભ મ
રોયાદાથી રહેવાને બની શકેછે. દરેક ઓરડા એવી રીતે ગોઠવી
આછે કે જથી બે પડોસનાં રહેવાનાં ઓરડા શીવાએ બીજા ઓરડામાં
કાંઈ પણ સંબંધ રહેતો નથી. બબરચીખાનાં રહેવાનાં ઓરડાથી
એવી રીતે ગોઠવીયાંછે કે કદાચ એક બબરચીખાનાનો ધુમાડો સાંમ
જોનાં બીજાં બબરચીખાનાંમાં પેવસ થઈ શકે, પણ જાંહાં આગલા
ઓરડાઓમાં દરદી રહેછે તાંહાં જરા પણ ધુમાડો નઈ શકતો નથી.
વલી ધુમાડો નીકલી જવાને એટલો તો ખોલો રસતો કીધોછે, કે તે ક
દી પણ સાનીટેરીયમનાં કોઈ પણ ભાગમાં પંથરાઈ શકેજ નહીં. દરે
ક કટકાઓની વચે સાત ફીટની જગા રાખીછે કે જે રસતેથી પવન
સાનીટેરીયમનાં દરેક ભાગમાં જઈ શકેછે. વચલી જગા પણ એટલી
કોશાદેછે કે જથી ચોખી હવા અને રોશનીનો તે તરફનાં રહેનારા
ઓને પણ અછી રીતે લાભ મલી શકેછે. એ ચોકમાં એક અછી
ફુલની વાડી દરદીને ઘણી ખુશ લાગે એવી રીતે બનાવીછે. વાડાઓ
ઈમારતથી તદત એલાહેદા દક્ષીણ તરફ બાંધીયાછે, પણ તેઓની ગોઠ
વણ એવી રીતે કીધીછે, કે કાંઈ પણ જાતનો વાસ ઈમારત તરફ આ
વી શકતો નથી. બબરચીખાનાંઓની પછવાડે ઉંડી ગટરો આવી
છે, તેઓની પથરની ફરસબંદી કરી લીધીછે અને તેમાં નાહાવાનાં ત
થા બબરચીખાનાંનાં પાણી સીવાએ બીજા કાંઈ પણ જાતની ગલીથી
નાખવામાં આવતી નથી; ગટરો દરરોજ સાફ કરવામાં અને ઘણી અ
છી હાલતમાં રાખવામાં આવેછે.

એ પરંખાંજો ગરીબ પારસીઓને હવા ફેરબદલ કરવાને માટે
એક ઘણીજ ઉપયોગી ઈમારત બાંધવામાં આવોછે. તેમાં હવા અને
રોશનીનો પુરતો બંદોબસતછે, પણ તે છતાં કેટલીએક ખામીઓ ન
જોઈ આવેછે. પેહલાં જાંહાં દરદી રહેછે તે ઓરડાની હાલત તપાસી
યે. તે ઓરડાનો વીસતાર નબદીક ૨૮૫૦ ચોરસ વારછે; અને તે
માં બે માણસ સુખેથી રહી શકે; પણ ગરીબ પારસી લોકોની હાલત
ને લીધે ઘણી વેલા આખું કુટુંબ, તે દરદીની સાથે આવીને પડેછે, તે
માં વારેઘડીએ ખુશકલ બચાંઓ હોયછે અને એવા એક નાહાના ઓ
રડામાં પાંચ છ માણસને રહેવું પડેછે; કેટલોએક તેઓને જરૂરનો સા

બો અને ૧૧ ફીટ પોહાલો ઓરડો બનાવીયોછે; એ ઓરડાની પછવાડે તેને લગતો એક ૧૧ ફીટ લાંબો અને ૭ ફીટ પોહાલો બીજો ઓરડોછે; તેમાં બબરચીખાનું અને નાહાવાની જગા કીધીછે. એ બેઠ ઓરડાની ગોઠવણ એવી રીતે કીધીછે કે બેઠની સાથે કાંઈ પણ સંબંધ રહેતો નથી; વચમાં દીવાલ આવીછે અને તેમાં બતી મુકવાને માટે કાચનું ચોકટું બેસાડીયુંછે; કે એક બતીની રોશની આગલા ઓરડામાં તેમ બબરચીખાનામાં પડે. બબરચીખાનામાં જવાને માટે બાજુના ખાલી ગાલા તરફથી જુદું બારણું મુકીયુંછે; અને એવી ગોઠવણ કીધાથી બબરચીખાનું આગલા ઓરડાથી તદ્દન અલાહેકું કીધુંછે. દરેક કટકાના ચારે ભાગ એવી રીતે ગોઠવીયાછે કે બબરચીખાનું આગલા ઓરડાઓની પછવાડે આવેછે અને તેથી ચારે બબરચીખાનાં વચલી ગટરની ખોલી જગા તરફ જુવેછે. બબરચીખાનાંમાં એક ગરારની બારી મુકીછે અને તાંહાંથી ધુમાડો બાહર હવામાં નીકલી જાયછે. બબરચીખાનું સાત ફીટ ઓરડાછે અને તેની પાસે ચાર ફીટ પોહાલો નાહાવાની જગા કીધીછે અને તાંહાં એક ખોલી બારી મુકીછે.

આગલા ઓરડા દરીયા તરફ અથવા વચમેના ચોક તરફ આવેલાછે. એ ઓરડાની ઉંચાઈ તબદીક ૨૪ ફીટછે અને આખા ઓરડાનો વીસતાર ૨૮૫૦ કીયુમીક ફીટ થાયછે. દરેક ઓરડામાં તરણ બારણા અને એક બારી મુકીછે. એક બારણું અને બારી આગલી તરફ આવીછે; બીજું બારણું વચલા ખાલી ગાલા તરફ આવીયુંછે અને તે તરફથી બબરચીખાનાંમાં જવાને બનેછે; તરીજું બારણું પાસેના ઓરડામાં ઉઘડેછે અને તેથી પાસે પાસેના બે ભાગમાં સંબંધ રહેછે. બારણા ૧૦ ફીટ ઉંચાંછે; તેમાં વીનીશીયનની કાંઈપણ ગોઠવણ કીધી નથી. બારણાની ઉપર એક કાચનું ચોકટું બેસાડીયુંછે અને તે ઉઘડી શકેછે. બારી જમીનથી ચાર ફીટ ઉંચી ગોઠવીછે. બારી પાંચ ફીટ ઉંચીછે અને ઉપરના ચરધા ભાગમાં વીનીશીયન બનાવીયાંછે. બારીને મથાલે એક કાચનું ચોકટું ઉઘડી શકે એવું ગોઠવીયુંછે. એ ઉપરથી માલમ પડેછે, કે સુબઈના એક પ્રસંદ કરવા બેગ ભાગ ઉપર દરીયાને કીનારે જાંહાં ચોખી હવાનો લાભ મલી શકેછે, તાંહાં એક સુંદર ઇમારત બાંધવામાં આવીછે. દરદીઓને મા

વા; કે જ્યોતી બારી બંધ કીધા છતાં હુવાનો હુમેશાં આવ જાવ થઈ શકેછે. એજ પરમાંણે બારણાઓમાં પણ ગોઠવણ કરવી જોઈયે. બારણાઓ ઘટ હોવાને બદલે તેમાં સલગ બેસતાં વેનીશીયન ગોઠવી દેવાં, કે જ્યોતી તે બંધ રહે તોય પણ હુવાનો ચાલુ આવ જાવ રહે. બારણા અને બારીને મથાલે મોટાં ખોલાં ભોક પાડવાં જોઈયે તથા છાપરાંમાં સકાઈલાઈટની ગોઠવણ કીધાથી ગરમ થયેલી બીગડેલી હુવા ચોરડા ને મથાલે એકઠી થવાને બની આવશે નહીં. એ પરમાંણે બારી બારણાઓમાં દીવાલમાં અને છાપરાંમાં ફેરફાર કીધાથી હાલ જ હુવાના ખોલા મારગની અગવડછે, તે સઘલી નીકલી જશે અને સાનીટેરીયન તેના નામને ખરેખર લાયકની થશે.

દરેક ચોરડામાં એકક મોરી બાંધી લીધીછે; જરે બબરચીખાંનાંની પાસે જીદી નાહાવાની ચોરડી બનાવીછે તારે એ મોરી સુવાના ચોરડામાં રાખવી જરૂર નથી. ચોરડામાં મોરી હોવાથી પાંણી બાહેર પડેછે, અને તેથી ચોરડામાં સારો દીવસ ભીનાસ રહેછે, તે દરદીને અવગુણુ ભરેલુંછે. એટલા માટે એ મોરીઓ કાઢાડી નાખવી જોઈયે.

બબરચીખાંનામાં ધુમાડો નીકલો જવાને માટે એકજ બારીછે, અને રાંધતી વખતે ધુમાડો બાહેર ચોકમાં નહીં જાયે, તે માટે ખોલા ગાલા તરફના બારણા બંધ કરવાં પડેછે, તેથી હુવા અને રોશનીનો ઘણો અટકાવ થાયેછે. એ માટે દરેક બબરચીખાંનાના છાપરામાં સકાઈલાઈટની ગોઠવણ કરવાની જરૂરછે.

વાડાઓ સાનીટેરીયનની એક બાજુ બાંધવામાં આવીયાછે અને તે ઘણાખરા દરદીઓને એટલાતો દુર પડેછે કે તેઓને પોતાના ચોરડામાંજ કુદરતી હાજતો કરવી પડેછે; અને તેથી કેટલાંએકોની આલસાઈને લીધે પીશાબ તથા જાહાડો ગટરમાં ચાલીયો જાયેછે. એનો અટકાવ કરવાને માટે સાનીટેરીયનની ઉતર બાજુએ ઉગમણ તરફના ખુણા આગલ પણ બીજા વાડાઓ બાંધવાની જરૂરછે.

એ સાનીટેરીયનમાં કેવી સચીતીના તથા દરદના પારસીઓ હાલ લાલ લેછે તે વીશે આવતાંમાં જણાવશું.



સામાણુ આવીને પડેછે અને તેથી ઓરડો તદ્દન ધીમ થઈ જાયછે. જારે સાનીટેરીયમમાં માણસો પુશકલ નથી હોતાં, તારે દરેકને માટે બે ઓરડાઓ આપેછે, પણ જારે ઘણાં લોકો આવીને પડેછે તારે બે ઓરડા મલી શકતા નથી અને તારે એકજ ઓરડામાં સઘલાને સંભાળું પડેછે. એવી હાલતમાં દરદીની તનદરોસતી સુધરે એવી આશા રાખવી ખોટીછે. દરદીને આરામ થવાને માટે ચોખ્ખી અને ખોલી હવા અને એકાંતની વધારે જરૂરછે; અને ઓરડાઓ નાહાતા બનાવી યાથી એ લાભ મલી શકતો નથી. વલી પારસી લોકોની રીતબ્રીત પર માંણે દરદીને પુશકલ લોકો જેવા આવેછે અને ઘણું કરીને સાંજને વખતે તેથી ઓરડો ધીમ રહેછે અને તેથી દરદીને નહીં ચોખ્ખી હવા મલતી કે નહીં આરામ મલતો. એટલા કારણો ઉપરથી જરૂર માલમ પડેછે કે દરેક દરદીને બે ઓરડાઓ આપવાની જરૂરછે, કે જ્યાં એક ઓરડામાં દરદીને એકાંત રહેવાને બની આવે, અને બીજા ઓરડામાં તેના જરૂરનો સામાણુ તથા સગાં વાહાલાંને માટે રહેવાને બની આવે. ડીજિમખર ૧૮૬૮ સુધી સઘલાં મલીને ૩૦૦ માણસો એટલે દર મહીને નવદીક સરાસરી ૮ માણસ એ સાનીટેરીયમનો લાભ લેવાને માટે આવીયા હતા; સાનીટેરીયમમાં ૮૦ ઓરડાઓએ અને એક વખતમાં ૪૦ માણસથી વધારે ભેગાં થતાં નથી, તારે જાંહાંસુધી વધારે લોકો આવે નહીં, તાંહાંસુધી બે ઓરડાઓ સુખેથી અપાઈ શકાયે એવુંછે.

બારણાંઓમાં વેનીશીયન બલાઈડનની કાંઈ પણ ગોઠવણ કીધી નથી અને બારીઓ જમીનથી એટલી તો ઉંચી મુકીછે કે તેથી રાતરે જારે બારી બારણાં બંધ કરીને દરદીને સુવું પડેછે તારે ચોખ્ખી હવાનો આવજાવ કાંઈ પણ રહેતો નથી. જે બારી બારણાં ઉઘાડાં રાખેછે તો મલાજે જલવાઈ શકાતો નથી; તેથી બારી બારણાંઓમાં ફેરફાર કરવાની ઘણી અગતછે. બારીઓ જમીન લગી નીચી અને ૧૦ ફીટ ઉંચાઈની રાખવી જોઈયે; તેનાં તરણુ લાગ કરવા, નીચેનો તરણુ ફીટ નો લાગ વેનીશીયન બલાઈડન ઉંઘડે ઢંકાયે એવી રીતનો રાખવો; તે ઉપર વેનીશીયન વગરની અથવા ઉઘડે ઢંકાયે નહીં એવાં વેનીશીયન આડાં ગોઠવોને કે જ્યાં બાહરના લોકોને અંદરનું કાંઈપણ દેખાયે નહીં એવી રીતનો પાંચ ફીટ ઉંચાઈનો લાગ બનાવવો; તે ઉપર બે ફીટ ઉંચાઈના કાચના ઉંઘડાયે ઢંકાયે એવા કટકા ગોઠવ

થઈ નહી; પણ જારે એક ઐનસ આપવામાં આવીયો તારે તે સસલાં મરણ પાંખીયાં હતાં. કુતરાં જાનવરોનો ખોરાક ખાયે છે અને જારે એક કુતરાંને બે ઐનસ કસ આપવામાં આવીયો, તારે તેની ઉપર કાંઈપણ ખરાબ અસર થઈ નહી. એ અખતરા ઉપરથી સાફ માલમ પડે છે કે જે જાનવરો માસ ખાતાં નથી તેઓને પણ જો એ કસ વનનસર આપીયો હોયે તો અવગુણ કરતો નથી; અને જે જાનવરો માસ ખાયે છે તેઓને વધારે આપીયાથી પણ અવગુણ થયો નહી. તે ઉપરથી દેખાઈતું છે કે એ કસ જોડેરી નથી. ડાક્ટર લીબીગ કેહે છે કે એ કસ જો ચાર રતલ વનનમાં લીધો હોયે તો જ તે માણસને નુકસાંની કરે; બે રતલથી ઓછો માણસને કાંઈપણ નુકસાંની કરી શકે નહી. એ ઉપરથી ડાક્ટર લીબીગ કેહે છે કે જે રીતે કાલુ અને કરચલાંની કરી પુશકલ ખાધાથી મરણ નીપજે છે, પણ તે કદી પ્રણ જોડેર કેહેવાયે નહી, તે જ રીતે આ કસ પુશકલ ખાધાથી નુકસાંની થાયે છે, અને એ જ પરમાણુ કાંઈપણ ચીજ તેના પરમાણુથી વધારે ખાવામાં આવે અને તેથી પેટ ફુલી જાયે તો તે નુકસાંની કરીયા વગર રહે જ નહી; એ ઉપરથી એમ નહી ઠરતું કે મતનનો કસ જોડેરી છે; જો એમ ગણીયે તો આપણી સાધારણ રોટી પણ જોડેરી કેહેવાયે. જે પરમાણુમાં એ કસ આપવામાં આવે છે તે કાંઈપણ રીતે હરકત કરી શકતો નથી. સઘલાને ખબર છે કે એક ઐનસ કસ દરદીને બે તરણ દાહાડા લગી ચાલે છે. એટલો નાહાતો જથો જોડેરી કેમ કેહેવાયે તે સમજણ પડી શકતી નથી. એટલા ખોલાસા પછી આશા રાખવામાં આવે છે કે એ કસ વીશે વધારે અડચણ લેવામાં નહી આવશે.

મુંબઈમાં મરણ—હિમર.

આગલા એક વ્યાંકમાં જણાવીયામાં આવીયું હતું કે જનમેલાં બચાંને ખોટો ભાગ ફનીયાનું અજવાલું જોયા વગર તદન ખરબાદ જાયે છે. પણ હવે તપાસવાનું રહેયું છે, કે જે બચાં જીવતાં જનમે છે તેઓનો શું હાલ થાયે છે; તેઓ કેટલી લાંબી જીંદગી ગુજારે છે. કદ

ડાક્ટર લીબીગના મતનના કસ વીશે ઉપજેલો વસવસો



એ સઘલાને જાણીતો કસ આજ કેટલાંએક વરસ થયાં પુરાકલ વપડાયેછે; અને તેમાં મુખીય કરીને આજરી માણસને માટે ઘણો ઉપીયોગી થઈ પડીયોછે. એ કસથી કોઈને પણ અવગુણ થયો હોય એવું આજ લગી માલમ પડીયું નથી; પણ ગયા નવેમ્બર મહીનામાં એક ઇંગરેજ ચોપાણીયામાં એતણી આપવામાં આવી, કે એ મતન નો કસ જોડેરી માલમ પડીયોછે અને તેથી સઘલા લોકોએ સાવચેત રહેવું. એ વીચાર ઉતપણ થવાનું કારણ એ હતું, કે જરમની દેશ નાં ડાક્ટર કેમેરીકે જાનવરો ઉપર એ કસથી અખતરા કીધા, અને તેથી તેઓ મરણ પાંખીયાં હતાં; એટલા ઉપરથી સઘલાં લોકોને એ કસ વીશે વસવસો પેદા થયો અને તે જોડેરીએ એવું થોડી બેસાડીયું; કે એ કસમાં પોટાશનો ખાર ઘણો આવેછે અને તે જાનવરોનાં દીલ ઉપર એટલીતો નબલાઈની અસર કરેછે કે તે થોડાં વારમાં મરણ પામેછે.

એવા એક ઉપીયોગી ખોરાક ઉપર એવો વસવસો પેદા થયોછે તે ખરોછે કે નહીં તે પકી રીતે જાણવાની જરૂરછે, કાંયેકે ઉપલી તરેહનાં લખાણ પછી ઘણાં લોકો એ વાપડવાને અડચણ કરેછે. એ વીસેનો ખોલાસો ડાક્ટર લીબીગે પોતે ખાતરી ભરેલી રીતે “લાનસેટ” નામના વૈદક શાસતરને લગતાં એક ઇંગરેજ ચોપાનીયામાં કીધોછે અને પુરવાર કરી આપીયુંછે કે એ કસ કાંઈ પણ રીતે જોડેરી નથી તથા જે રીતે હાલ માણસોને આપવામાં આવેછે તે અવગુણ કરીયાને બદલે ઘણી રીતે ફાયદાકારકછે; અને તે વીશે લોકોએ કાંઈ પણ રીતે વસવસો રાખવો નહીં.

ડાક્ટર લીબીગ જાણાવેછે, કે જે અખતરા ડાક્ટર કેમેરીકે કીધા તે માણસ ઉપર નહીં હતા, પણ એક સીવાએ સઘલા અખતરા સસલાંઓ ઉપર કીધા હતા અને એકજ અખતરો કુતરા ઉપર કીધો હતો. સસલાં જાનવરોનો ખોરાક ખાતાં નથી. વલી જે કસ ખવાડીધો હતો તે થોડાનાં માસનો બનાવીયો હતો, અને વલી તે એક વખતમાં મોટા જથ્થામાં આપવામાં આવીયો હતો; એટલે બે રતલ વનનનાં સસલાંને જરૂર અરધો જોનમ કસ આપીયો તારે કાંઈપણ અડચણ

થઈ નહીં; પણ જારે એક ઐનસ આપવામાં આવીયો તારે તે સસલાં મરણ પાંખીયાં હતાં. કુતરાં જાનવરોનો ખોરાક ખાયછે અને જારે એક કુતરાંને બે ઐનસ કસ આપવામાં આવીયો, તારે તેની ઉપર કાંઈપણ ખરાબ અસર થઈ નહીં. એ અખતરા ઉપરથી સાફ માલ મળે છે કે જે જાનવરો માસ ખાતાં નથી તેઓને પણ જે એ કસ વળતસર આપીયો હોયતો અવગુણ કરતો નથી; અને જે જાનવરો માસ ખાયછે તેઓને વધારે આપીયાથી પણ અવગુણ થયો નહીં. તે ઉપરથી દેખાઈતું છે કે એ કસ જરૂરી નથી. ડાક્ટર લીબીગ કહે છે કે એ કસ જે ચાર રતલ-વળતમાં લીધો હોય તેના તે માણસને નુકસાંની કરે; બે રતલથી ઓછો માણસને કાંઈપણ નુકસાંની કરી શકે નહીં. એ ઉપરથી ડાક્ટર લીબીગ કહે છે કે જે રીતે કાલુ અને કરચલાંની કરી પુશકલ આધારી મરણ નીપજે, પણ તે કદી પણ જરૂર કહેવાયે નહીં, તેજ રીતે આ કસ પુશકલ આધારી નુકસાંની થાયછે, અને એજ પરમાંણે કાંઈપણ ચીજ તેના પરમાંણથી વધારે ખાવામાં આવે અને તેથી પેટ ફુલી જાયતો તે નુકસાંની કરીયા વગર રહેજ નહીં; એ ઉપરથી એમ નહીં ઠરતું કે મતનનો કસ જરૂરી છે; જે એમ ગણાયેતો આપણી સાધારણ રોટી પણ જરૂરી કહેવાયે. જે પરમાંણમાં એ કસ આપવામાં આવેછે તે કાંઈપણ રીતે હરકત કરી શકતો નથી. સઘલાને ખબર છે કે એક ઐનસ કસ દરદીને બે-તરણ દાહાડા લગી ચાલેછે. એટલો નાહાનો જથ્થો જરૂરી કેમ કહેવાયે તે સમજણ પડી શકતી નથી. એટલા ખોલાસા પછી આશા રાખવામાં આવેછે કે એ કસ વીશે વધારે અડચણ લેવામાં નહીં આવશે.

મુંબઈમાં મરણ—ડિમર.

આગલા એક આંકમાં જણાવીયામાં આવીયું હતું કે જનમેલાં બચાંને ખોટો ભાગ કુતીયાતું અનવાલું જોયા વગર તદ્દન ખરબાદ જાયછે. પણ હવે તપાસવાનું રહેયું છે, કે જે બચાં જીવતાં જનમે છે તેઓના શું હાલ થાયછે; તેઓ કેટલી લાંબી જીંદગી ગુજારેછે. કુદરતે માણસને લાંબી જીંદગી બખશી છે તેમાં કાંઈ શક નથી; માણસ

ની જીંદગીના એવા દાખલા માલમ પડીયાછે કે તેઓ ૧૫૦ તથા વધારે ઉમર લગી જીવી શકેછે. એટલી લાંબી ઉમરતો રહી પણ આ જના વખતમાં જે શખસ ૮૦ વરસે પુગેછે તેની તરફ લોકો આશચર્યથી જુવેછે; જાણે કે એટલી ઉમરે પુગવું ખોદાની તેની ઉપર મોટી મેહરબાંની થઈછે. એક જણ કહી ગયોછે કે જો માણસ ગાફેલ તથા અજાણું નહી હોયેતો તે લાંબી ઉમર લગી જીવી શકે તેમાં કંઈ શંક નથી; માણસની જીંદગી જે ટુકી થાયેછે તે તેના પોતાના વાંકને લીધેછે. ગમે તે વીચાર લેઈયે, પણ કુદરતે કદી એવું નહી કીધું હોયે, કે માણસને આ દુનીયામાં જનમ આપેયો તે માતરે થોડી મુદતમાં બરબાદ જાયે. તોયેપણ કેટલાં બચાં નાહાનપણમાંજ મરણ પામેછે અને ચોવીસ પચીસ વરસની ઉમરમાં અરધાંઅરધ થઈ જાયે, એ ઘણું અફશોસ કરવા જોગછે.

મુંબઈ શેહેરમાં શી તરેહ મરણ નીપજેછે તે હવે તપાસી જોઈયે. ૧૮૪૯ થીતે ૧૮૬૭ લગો મરતીયુકોની ટીપ તપાસતાં એવું માલમ પડીયુંછે કે મુંબઈ શેહેરમાં દરરોજ સરાસરી ૪૫.૪ મરણ નીપજેછે. ૧૮૪૯ માં ઓછામાં ઓછી સરાસરી ૩૫ ની સંખ્યા આ અને ૧૮૬૪ અને ૬૫ માં સરાસરી ૬૯ અને ૭૫ ની મોટી સંખ્યા જોવામાં આવેછે. ૧૮૬૭ માં માતરે ૪૨ જોવામાં આવેછે. ૧૮૬૪ અને ૬૫ માં એટલી મોટી સંખ્યાનું કારણ તે વખતની વસતીને લીધેછે. હવે દર રોજના મરણની સંખ્યા સાથે એક બીજી અગતની બીના જાણવાની જરૂરછે; કે મુંબઈ શેહેરમાં દરરોજ સરાસરી કેટલાં બચાંનો જનમ થાયેછે; કાંયેકે તે ઉપરથી માલમ પડે કે મુંબઈ શેહેરમાં જનમ કરતાં મરણ વધુછે કે ઓછાં. મુંબઈ શેહેરમાં બચાંના જનમ કેટલાં થાયેછે તે બરાબર નોધાવામાં આવતાં નથી અને તેથી એક અગતની બાબતની ખુટ પડેછે; તોય પણ બીજી બાબતો ઉપરથી તેનો અડસટો અટકલી શકાયેછે. ૧૮૬૪ ની ફેબ્રુઆરી મહીનાની ૧ લી તારીખે જરે વસતીની ગણતરી કરવામાં આવી હતી તારે એક મહીનાની ઉમરના બચાંની સંખ્યા ૧૧૭૭ નોધવામાં આવી હતી. જો એ રકમ સાથે જાનેવારી મહીનામાં એક મહીનાની ઉમરના બચાંના નીપજેલાં મરણ મેલવીયે તો એક મહીનામાં કેટલાં બચાંનો જનમ થયો હતો તે માલમ પડશે. મરતીયુકની ટીપ

ઉપરથી માલમ પડેછે કે એ મહીનામાં ૧૨૭ એક મહીનાની ઉમરનાં બચાંના મરણ થયાં હતાં, તારે એ બેઉ રકમ સાથે મેલવતાં ૧૩૦૪ બચાંનો એક મહીનામાં અથવા ૪૪ બચાંનો દરરોજ જનમ થયેલો માલમ પડેછે. ઉપર જણાવીયું હતું, કે દરરોજ ૪૫ મરણ પણ થાયેછે, તારે સાફ દેખઈતું માલમ પડેછે કે મુ'બઈ શહેરમાં જટલાં મરણ થાયેછે તેટલો પાછો જનમ પણ થાયેછે.

દર રોજના મરણ આ નીચે પરમાંણે નીપજેછે.

| | | | |
|----------------------|------|----------------|------|
| ૧ થી ૩૦ દાહાડાના ... | ૩.૮ | અથવા દર સેંકડે | ૮.૩ |
| ૧ થી ૨૩ મહીનાના ... | ૭.૭ | ,, | ૧૭.૦ |
| ૨ થી ૬ વરસ લગીના .. | ૫.૪ | ,, | ૧૧.૯ |
| ૭ થી ૧૩. ,, | ૨.૨ | ,, | ૪.૯ |
| ૧૪ થી ૪૪ ,, | ૧૭.૩ | ,, | ૩૮.૦ |
| ૪૫ થી ૬૪ ,, | ૬.૦ | ,, | ૧૩.૩ |
| ૬૫ વરસ અને ઉપરના ... | ૩.૦ | ,, | ૬.૬ |
| <hr/> | | <hr/> | |
| ૪૫.૪ | | ૧૦૦.૦ | |

એટલે, દર ૧૦૦ જનમેલાં બચાં માટેથી (કાંચેકે મરણ તથા જનમની સંખ્યા બરાબરછે તેથી) નજદીક બારમો ભાગ એક મહીનાની ઉમર થતી નથી એટલાંમાં મરણ પામેછે; અને બીજું વરસ પુરું થવા આવીયું, એટલે નજદીક પા ભાગ મરી જાયેછે અને બાકી પોણા ભાગ રહેછે. છટું વરસ પુરું થવા આવેછે એટલાંમાં વલી સેંકડે બાર બચાં બીજાં મરણ પામેછે; એટલે એટલી મુદતમાં રૂપીયાના છ આણા ગુમ થાયેછે અને માતરે દશ આણા રહેછે. એ મુદત પછી તે બચું ભર જીવાનીમાં આવેછે તેટલાંમાં થોડાં મરણ નીપજેછે; માતરે સેંકડે પાંચ મરણ વધારે થાયેછે. એટલે, બચું પોતાની સંભાલ લેતું થાયેછે એટલી મુદતમાં નજદીક ૨ ભાગ મરણ પામેછે અને માતરે ૩ ભાગ અથવા નજદીક રૂપીયાના સાડાનવ આણા રહેછે. ૧૪ થીતે ૪૪ વરસની ભરજીવાની ગણાયેછે અને એટલી ૩૦ વરસની લાંબી મુદતમાં બીજાં સેંકડે ૩૮ મરણ થાયેછે; એટલે નજદીક જનમેલાં બચાંના ૪ ભાગ મરણ પામેછે અને માતરે ૨ ભાગ રહેછે, એટલે ૪૫ મે વરસે ૧,૦૦ માટેથી માતરે ૨૦ જણ જીવતાં રહેછે. ૬૫ વરસ થતાં નથી એટલે બીજાં ૧૩ જણ મરણ પામેછે અને છેલ્લે ૧૦૦ માટેથી માતરે ૬ જણ લાંબી ઉમર ગુજારવાને બાકી રહેછે. એ ઉપરથી એક અગતની બાબદ જાણવાજોગછે, કે જારે એ પરમાંણે મરણ નીપજેછે તારે માણસની સરાસરી ઉમર કેટલી કેહેવાયે? જટલાં બ.

આં જનમ પામે તે માહેનો જે વરસે અરધોઅરધ ભાગ મરી જાયે અને અરધોઅરધ બાકી રહે તે વરસને માણસની સરાસરી ઉમર કરીને કહેછે. એ સરાસરી ઉમર મુંબઈ શહેરમાં ૨૪ થીતે ૨૫ લ ગી માલમ પડીછે. મુંબઈ શહેરની વસતી એકસરખી રહેતી નથી; એક રૂતમાં બાહરથી લોકો પુશકલ આવીને પડેછે અને બીજી રૂતમાં પુશકલ લોકો નીકલી જાયેછે; એવી હાલતમાં એ સરાસરી ઉમરનો કાંઈ વજન રહેતો નથી, એ ઉપરથી એમ નહી કહેવાઈ શકાયે કે હવે લોકોની તનદરોસતીમાં વધારો કે ઘટાડો થયોછે. લંડન શહેરમાં માણસની સરાસરી ઉમર ૩૩ ગણાયેછે. જુદી જુદી ઉમરે કેટલાં મરણો થાયેછે તે ઉપરથી જાંદગી ઉપર વીમો ઉતારનાર કંપનીઓ પોતાની ટીપ ઘડી કાઢાડેછે અને વીમો ઉતરાવનારની જેટલી ઉમર તે પ૨માંજો આછો અથવા વધતો લવાજમ લેઈને વીમો ઉતારેછે. દરેક શહેરમાં એ ટીપ જુદી જુદી હોયેછે. એ ઉપરથી માં કવેટેલેટે એક ટીપ ઘડી કાઢાડેછે તે ઉપરથી માણસને જીવવાની તથા મરવાની કેટલી જોગવાઈ રહેછે તે બતલાવી આપેછે.

| ઉમર. | જોગવાઈ. | | ઉમર. | જોગવાઈ. | |
|----------|---------|----------|---------|---------|----------|
| | મરવાની. | જીવવાની. | | મરવાની. | જીવવાની. |
| ૧ મહીના. | ૮૬૦ | ૧ | ૨૩ વરસ. | ૧૨ | ૮૫ |
| ૨ મહીના. | ૨૭૩ | ૪ | ૨૪ " | ૧૨ | ૮૨ |
| ૩ " | ૨૦૦ | ૫ | ૨૫ " | ૧૨ | ૮૩ |
| ૪ " | ૧૬૮ | ૬ | ૩૦ " | ૧૧ | ૮૫ |
| ૫ " | ૧૩૫ | ૭ | ૩૫ " | ૧૧ | ૮૦ |
| ૬ " | ૧૨૭ | ૮ | ૪૦ " | ૧૨ | ૮૩ |
| ૧ વરસ. | ૧૧૫ | ૯ | ૪૫ " | ૧૩ | ૭૭ |
| ૨ " | ૭૭ | ૧૩ | ૫૦ " | ૧૫ | ૬૭ |
| ૩ " | ૬૦ | ૧૭ | ૫૫ " | ૨૦ | ૫૦ |
| ૪ " | ૨૭ | ૩૭ | ૬૦ " | ૨૭ | ૩૭ |
| ૫ " | ૨૧ | ૪૮ | ૬૫ " | ૩૮ | ૨૬ |
| ૬ " | ૧૫ | ૬૭ | ૭૦ " | ૫૭ | ૧૮ |
| ૭ " | ૧૨ | ૮૩ | ૭૫ " | ૧૮૭ | ૧૧ |
| ૮ " | ૧૦ | ૧૦૦ | ૮૦ " | ૨૮ | ૮ |
| ૧૦ " | ૮ | ૧૩૧ | ૮૫ " | ૧૭૪ | ૬ |
| ૧૪ " | ૬ | ૧૬૧ | ૯૦ " | ૨૫૦ | ૪ |
| ૧૫ " | ૭ | ૧૫૫ | ૯૫ " | ૨૮૩ | ૩ |
| ૨૦ " | ૧૦ | ૧૦૦ | ૧૦૦ " | ૪૨૧૭ | ૨ |

એ ટીપ ઉપરથી માલમ પડેછે કે ૧૪ મી ઉમરે જીવવાની જોગવાઈ સહી વધુ અને મરવાની સહી ઓછીછે. જનમ પછી

હીના લગી જીવવાની જોગવાઈ ઘણી થોડી અને મરવાની સહી વધુ છે. ૭૫ વરસનાં માણસની હાલત છ મહીનાના છોકરાંની બરાબર થાયેછે. ૮૫ વરસ પછી મરવાની જોગવાઈ ઘણી અતીશે વધી પડેછે.

માઠ કવેટેલેટ બેલજ્યમ દેશની મરતીયુકની ટીપ ઉપરથી લખેછે કે માણસની સરાસરી ઉંમર ૨૫ વરસનીછે. પાંચમે વરશે જીવવાની જોગવાઈ ઘણી રહેછે અને એ ઉંમરે આશા રાખી શકાયેછે કે તે ૫૦ વરસની ઉંમર કાઢાડી શકશે. જન્મ વરસ વધતાં જાયેછે તેમ જીવવાની જોગવાઈ કમતી થાયેછે. ૪૦ વરસના માણસને ૨૫ વરસ વધારે જીવવાની આશા રહેછે; ૬૦ વરસની ઉંમરવાલાને ૧૨ અથવા ૧૩ વરસની જોગવાઈ રહેછે. અને ૮૦ વરસનાને માત્ર ૪ વરસની જોગવાઈ રાખવી. ૧૩ અથવા ૧૪ મે વરસે માણસ એવી હાલતમાં આવેછે કે તે વગર ભયે કહી શકે કે આએ બીજી પલ જાયે તે મારીછે.

ચોકસ નગાની હવામાં ગલીચી.

(ગયા આંકથી સાંધણ).

ગયા આંકમાં જણાવીયું હતું કે આપણા રહેવાના ઘરમાં માણસના દમ સીવાએ બીજી તરેહવાર રીતે હવા બીગડેછે અને તે વખતે આપણા બબરચીખાનામાં લાકડાં બાલીયાથી અથવા કારખાનાઓમાં કોલસો બાલીઆથી હવા કેટલી અને કેવી રીતે બીગડેછે તે સમજાવીયું હતું.

આપણા ઘરમાં રાતની વખતે હમેશાં તેલની, અથવા મીનબત્તીની અથવા ગેઝાસની બતીઓ બાલવામાં આવેછે. એ વસતુઓથી હવા શી તરેહ બીગડેછે તે જાણવાની જરૂર છે.

એક કલાકમાં સાધારણ કાકરાની તેલની બતી નજદીક ૧૫૪ ગરેન તેલ બાલેછે અને ૩૨ કીયુબીક ફીટ હવા બીગડેછે અને તે માટે થી અરધો ફુટ કારખાનીક આસીડ હવા પેદા કરેછે. એક રતલ તેલ બલવાને માટે ૧૪૦ થીતે ૧૬૦ કીયુબીક ફીટ હવાની જરૂર પડેછે.

મીનબત્તી એક કલાકમાં નજદીક ૧૭૦ ગરેન બાલેછે અને તે પર માણે તેને હવાની જરૂર પડેછે.

આજ થોડાં વરસ થયાં આપણા ઘરોમાં ગેઝાસ બાલવામાં આવે છે. ગેઝાસમાં નજદીક ૪૦ થી ૪૫ ભાગ હાઇડ્રોજન હવાનો અ

ને ૩૫ થી ૪૦ લાગ કારબીયુરેટેડ હાઈડ્રોજન હવાનો આવેછે. તે સાથે કારબાનીક આમ્પસાઈડ, સલ્ફીયુરેટેડ હાઈડ્રોજન, નાઈટ્રોજન, કારબાનીક આસીડ, એવી જોડેરી હવાઓનો થોડો ભાગ આવેછે. ૧૦૦ કીયુબીકફીટ ગેઝાસમાં ૨૦ થીતે ૬૦ ગરેન લગી ગંધકનો ભાગ હવાના આકારમાં આવેછે. જો ગંધક વધુ હોયછે તો તે ગેઝાસ બલીયા પછી પુશકલ જોડેરી હવા નીકલેછે, એટલા માટે પારલીયામેન્ટ તરફથી બંદોબસત કરવામાં આવીયોછે કે વધુમાં વધુ ગંધક ૨૦ ગરેનથી વધારે આવવી નહીં જોઈયે. જારે ગેઝાસ બલેછે તારે હાઈડ્રોજન અને કારબીયુરેટેડ હાઈડ્રોજન સાધારણ હવા સાથે મલી જાયછે, અને તે માટેથી નજદીક સેંકડે ૬૭ લાગ નાઈટ્રોજન, ૧૬ લાગ પાણીનો બાફ, ૭ લાગ કારબાનીક આસીડ અને ૫ થી ૬ લાગ કારબાનીક આમ્પસાઈડ, તે સાથે થોડી સલ્ફીયુરસ આસીડ અને અમોનીયા હવા પેદા થાયછે. ૧ ફુટ ગેઝાસ, હવાના ૧ થીતે દોહોડ ફીટ આમ્પસીજન સાથે મલેછે અને નજદીક બે કીયુબીક ફીટ કારબાનીક આસીડ હવા અને ૫ થીતે અરધો ગરેન સલ્ફીયુરસ આસીડ પેદા કરેછે, એટલે આર કીયુબીક ફીટ ગેઝાસ બલવાને માટે નજદીક ૮ કીયુબીક ફીટ હવાની જરૂર પડેછે. જો હવા પેદા થાયછે તે સઘલી જોડેરીછે અને જમ અને તેમ ઓરડામાં એકઠી થવા દેવી નહીં જોઈયે; એટલે જાંહાં ગેઝાસ બાલવામાં આવે તાંહાં હવાનો આવજવ ઘણોજ ખોલો હોવો જોઈયે.

ઘરની હવામાં મોરીઓને રસતે ગટરની હવા દાખલ થાયછે અથવા જો ગટર ઉઘાડી હોયછે તો ગાસપાસની ખોલી હવામાં એ જોડેરી હવા પંથરાયેછે. જો ઘરમાં મોરીઓ બરાબર બનાવેલી નથી હોતી તાંહાં ગટરની હવા જલદીથી દાખલ થાયછે, એવા ઓરડામાં હુમેશાં ખરાબ વાસ આવેછે અને તેમાં રહેનારાંઓની તનદરોસતી બીગડેછે. ગટરની હવા ઘણી જોડેરીછે તેમાં નજદીક સેંકડે ૭૩ લાગ કારબીયુરેટેડ હાઈડ્રોજન (બાલવાની ગેઝાસ) ના, ૧૬ લાગ કારબાનીક આસીડ હવાના અને ૧૦ લાગ નાઈટ્રોજનના, ૨ થી ૩ લાગ સલ્ફીયુરેટેડ હાઈડ્રોજનના અને થોડો અમોનીયા અને ગંધા તો આરગાનીક વસતુનો બાફ આવેછે. એ સઘલી જોડેરી હવાઓ ઓરડામાં પથરાયેછે અને એ ઉપરથી સેહેલથી વીચરાઈ શકાયેછે કે એવા

ઝોરડામાં વસનારની હાલત કેવી થાયે. ગટર માહેથી એક કલાકના અરસામાં એકથી તે દોહોડ કીયુબીક ફીટ એ જહેરી હવા બાહર નીકલેછે.

ઘોરસથાન વારેઘડીએ શેહેરની વચોવચમાં આવેછે અને તે વખતે હવા બીગડીયા વગર રહેતી નથી. મુરદાં માહેથી પુશકલ કારબાનીક આસીડ હવા, અમોનીયા, અને ગંધાતો આરગાનીક વસતુનો બાફ બાહર નીકલેછે. એમ કેહેછે કે જારે લંડન શેહેરમાં મુરદાંએ ને દાટવામાં આવીયાં તારે દર વરસે તે માહેથી નજદીક ૨૫ લાખ કીયુબીક ફીટ કારબાનીક આસીડ હવા બાહર નીકલતી હતી. ઘોરસથાન તરફની હવાનાં દશ હજાર ભાગમાં હમેશાં ૭ થી ૯ ભાગ કારબાનીક આસીડ હવાનો રહેછે, અને તે હવામાં આરગાનીક વસતુ પણ પુશકલ રહેછે. એ હવા ખરેખર જહેરીછે અને તેટલા મારે ઘોરસથાનની જગા શેહેરથી ઘણી દુર હોવી જોઈયે.

પરત ભીની વેરાંન જગાની હવા હમેશાં બીગડેલી રહેછે અને તેની આસપાસ રહેનારા હમેશાં કુખી હોયેછે. એવી જગાની હવામાં ૧૦ હજાર ભાગમાં હમેશાં ૬ થી ૮ ભાગ કારબાનીક આસીડના રહેછે, તે સાથે પાણીનો બાફ પણ પુશકલ એકઠો થાયેછે. તે સાથે સલફીયુરેટેડ હાઇડ્રોજન, કારબીયુરેટેડ હાઇડ્રોજન, અમોનીયા અને પુશકલ આરગાનીક વસતુ રહેછે. એ હવાએ જહેરીછે અને તેથી ભીની વેરાન જગામાં ફરવું નુકસાનકારકછે.

વાંહાંજુના ભંદારની હવા હમેશાં બીગડેલી રહેછે. લાકડું, તલીયેનું પાણી અને સામન સઘલો એકઠો રહેયાથી કોહોવા માંડેછે, અને પુશકલ ખરાબ હવા નીકલેછે, તેમાં સલફીયુરેટેડ હાઇડ્રોજનનો વાસ વધારે ચોક્કસ માલમ પડેછે.

એ સીવાએ જાંહાં તરેહવાર જાતનો ધંધો ચલાવવામાં આવેછે તાંહાં પુશકલ જહેરી હવાએ પેદા થાયેછે અને હવાને બીગડેછે.

અચાની તનદરોસતી.

મા બાપ ઉપર આધાર.

સાવકશા અને શીરીનબાઈ એક દીવસે પોતાનાં ઝોરડામાં બલાપો કરતાં બેઠાંછે. બેઉ ઘણા દલગીર થઈને વાતો કરેછે, કે બોદાનો

કોફ તેઓ ઉપર એટલો બધો શા માટે છે, કે તેઓના બોદાના આપે
લાં છ છોકરાં એકક પછી નાહાનપણમાં જ ગુજરી ગયાં. છેલું છોક
રું તરણ દીવસ આગમન એકાએક થોડી માંદગીમાં મરણ પામીયું
હતું. એવામાં તેઓના ડાકટર જેની સાથે તેઓ હમેશાં ઘરવટ ને
વું રાખતાં હતાં, તે સેહેજ મલવાને માટે આવીયો. તે બેઠને દલગીર
જોઈને તેનું કારણ પોતે સમજી ગયો અને થોડોવાર સુપ બેસી રહેયો.
શીરીનબાઈથી ઘણોવાર અમાઈ શકાયું નહીં અને રડી પડી અને
ડાકટર આગલ કહેલા લાગી—

શી૦—ડાકટર આજે હમારી ઉપર શું જીલમ છે. હમારા છ
છોકરાં એકક પછી સંઘલી સંભાલ તથા મેહેનત લેવા છતાં મરણ પાં
મીયાં છે, બોદાને હમારી ઉપર શા માટે એટલો બધો કોફ છે, પણ જે
મ બોદાની મરણ.

સા૦—શીરીન, તું ઘણી નાદાન ના થા, રડીઆથી આપણા
બચાં કાંઈ પાછાં આવતાં નથી. આપણા હાથમાં કાંઈ ચારો નથી,
જારે બોદાની મરણ થઈ કે આપણા બાલકોને બોલાવી લે, તારે આપ
ણને કાંઈ પણ વાંકે સંપુન કાઢાડવો સમ્ભવ નથી. બોદાની મરણ
શું હશે તે આપણે શું જાણીયે; જે થાય છે તે કદાચ ભલાંને કાળજી હશે.

ડાકટર—સાવકશા તમે જે બોલો છો તે ઠીક છે, પણ જો તમે મને
બોલવાને છુટ આપો તો હું તમને બોલાસો કરી આપું કે તમારી સ
ઘલી દેખઈતી શંભાલ તથા મેહેનત છતાં તમારાં બચાં તમારા પો
તાનાં અંજાણપણને લીધે અને જે કારણો ઉપર હાલ તમારો અપ
તીઆર રહેયો નથી તે કારણોથી મરી જાય છે. પછી તમે જે બોલો છો
કે બોદાનો કોફ તમારી ઉપર થયો છે અને બોદાની મરણમાં આવે તે
પરમાણે કરે, આપણે એમાં શું કરીએ, એ બોલવું કેટલીએક રીતે
ગલત છે, તે હું બતલાવી આપું.

શી૦—ડાકટર તમે વલી એમ શું બોલો છો, હમારી શીખામી છે,
હમે કાંઈ પણ કરવાને બાકી રાખીયું નથી; અને તમે હમને જ ઠપ
કો આપો છો કે હમારા અંજાણપણને લીધે થયું છે.

ડા૦—શીરીનબાઈ તમે સમજી છે; અને હું તમારું દીલ કુખાવા
માંગતો નથી; પણ હવે વખત આવીયો છે કે જારે તમારી જીલ બત
લાવી આપવાની મારી ફરત છે. તમે કેટલીએક બાપદથી અંજાણા

છો અંને તેમ સાવકશા પણ છે તેમાં હું તમારો વાંક કાહાડવા માં
ગતો નથી; કાંપેકે એ બાબદ વીશે તમને કોઈએ સમજાવ્યું આપી નથી.
સાવકશાને કેલવણી સારી મલીછે, પણ તેમાં એક બાબદની મોટી
ખામી રહી ગઈછે, કે તેવનને પોતાની તનદરોસતી કેમ જાલવવી, તે
નું રાત કાંઈ પણ મલીયું નથી. તેથી તેવન તમને પણ એ વીશે
રાત આપી શકીયા નથી અંને તેથી તમે બેઠ જાણ એ બાબદથી અં
જાણા રહી ગયાંછો. તમે બેઠ જાણ કાંયે ? જો બરાબર બોલું તો આ
પણા જીવાન સીખેલા છોકરાઓ તથા સીખેલી છોકરીઓમાં એ વી
શેનું કાંઈ પણ રાત નથી. ઇસકોલોમાં ભુગોલ વીદ્યા અંને ઇતી
હાસ-અંને ગણીત શાસતર, ભરવાનું, ગાવાનું ઇતીયાદી સીખોછો અ
રાં, પણ ફતીયાનાં સંસારની બાબદ જે ઉપર આપણો જીવ અંને
મુખ્ય આધાર રાખેછે તેનું રાતતો કાંઈ પણ મલતું નથી, એ ઘણું
ખામી ભરેલુંછે. હાલે ઇંગલંડમાં એ વીશેની ખામી તેઓને માલ
મ પડીછે અંને ઇસકોલોમાં હવે તનદરોસતીને લગતી બાબદો સીખ
વવામાં આવેછે.

સા૦—ડાક્ટર તમે કહોછો તે ખરૂંછે, હમને ઘણી વેલા સા
ધારણ અકલથી ચાલવું પડેછે અંને તે વારેઘડીએ કાયેદો કરીયાને બ
દલે નુકસાની કરેછે. જીવો હમણા છેલે હમારો છોકરો ગુજરી ગયો
તેને ઉપલીયું અંને તાન થઈ આવી હતી; હમે બેવકુફીથી તરત ઇસ
સતી ધુંધ આપી અંને ગરમ સેક કરવા લાગાં; તેથી જોર વધવા લા
ગુ., તમોએ આવીને તરત તે સઘણું કહડાવી નાખીયું અંને ઉલટું
માથાં અંને ચેહરા ઉપર થંડું પાણી છાંટીયું અંને ગરમ પાણીમાં બે
સાડીયો, તેથી તાન જરા નરમ પડવા માંડી; પણ હું ધારૂંછું કે હ
મારી પેહલી બેવકુફીથી હમારા છોકરાનો ભોગ થયોછે.

• ૬૧૦—ફતીયામાં જે ઘણાખરાં નાહાનપણમાં બચાંના જાનનો ભો
ગ થાયેછે તે માખાપની લુલ, અંજાણપણું અંને ખરાબ આવજતને
લીધેછે. તમને કદાચ ખબર નહી હશે પણ તમે સાંભલીને અચરત થ
શો કે મુંબઈ શહેરમાં જે ઘણાખરાં પુશકલ મોહોત નીપજેછે તે ખાલ
કોમાં હોયેછે. મરતીયુકના રીપોર્ટ ઉપરથી માલમ પડેછે કે જતમે
લાં બચાંને બે વરસ થતાં નથી એટલાંતો સેંકડે ૨૫ બચાં મરણ પામે
છે અંને છ વરસમાં ૧૦૦ માહુથી માતરે ફર બચાં જીવેછે.

શી૦—શું એટલાં બધાં બચાં મરણ પામેછે. જારે એમજ મરણ થતાં હોયેતો પછી આપણો ચારો શુંછે. એ ઉપરથી સાફ માલમ પડેછે કે ખોદાની મરણ વગર કાંઈ થતું નથી.

હા૦—શીરીનબાઈ, તમે ઉતાવલાં ના થાઓ. તમે વીચાર કરો કે ખોદાનો ધારો એવો કદી પણ નહીં હોયે કે પોતાની પેદાશ ને શીરૂઆતમાંજ બરબાદ કરે; ખોદાએ માણસને લાંબી જીંદગી બખ શીછે, અને જો લોકો ખોદાના ધારા પરમાંણે ચાલતાં હોયેતો માણસ બુદ્ધ થયા વગર કદી પણ મરણ પામે નહીં. જુઓ પક્ષી અને બીજાં જાનવરો; તેઓના બચાં નાહાનપણમાં મરી જતાં નથી; તેઓને ખોદાએ એક જાતની અકલ બખશીછે, તે પરમાંણે વગર ભુલ કરવે ચાલીયાં જાયેછે અને તેથી તેઓ સુખી રહેછે. ખોદાએ માણસને બીજી તરેહની અકલ બખશીછે, અને દરેકને પોતાની અકલ પરમાંણે ચાલવાને સરજાવીયુંછે. માણસે પેહેલાંથી કુદરતનો કાયદો બરાબર પકડીયો નહીં અને પોતાની અકલ બરાબર વાપડી નહીં, તેથી માણસો ઉપર પોતાનીજ બેવકુફી અને અંજાણપણના કુખો આવી પડીયાંછે. એકની ભુલ અને બેવકુફી બીજાને નડેછે અને સઘલાં કુખી રહેછે. જાંહાંસુધી માણસને વધારે જ્ઞાન આવે નહીં અને કુદરતના કાયદા પરમાંણે ચાલે નહીં તાંહાંસુધી તેઓ કુખી રહેવાના. હાલ જ્ઞાન મેલવવાની જોગવાઈઓ ઘણીછે. માણસ કેલવણી લેછે કે પોતાના સુખમાં વધારો કરે; પણ કેલવણીમાં એક અગતની બાબદજ ભુલી જવામાં આવીછે અને તેથી હજીર લોકોને ઘણું સોસવું પડેછે. એમ નહીં સમજવું કે હાલ જેટલાં મરણ નીપજેછે તેટલાં આગલ પણ હતાં; આગલના વખતમાં મુંબઈ શેહેરની હાલત એટલીતો ખરાબ હતી કે પુશકલ લોકો મરણ પામતાં હતાં, હાલ તેની હાલત ઘણી સુધરીછે અને મરણ કમતી થતાં ગયાંછે; અને વધારે સારી હાલત થયાથી મરણમાં પણ વધારે ઘટાડો થાયે તેમાં કાંઈ શક નથી.

સા૦ તારે તમે એમજ કહેવા માંગોછો કે બચપણમાં જે મરણ થાયેછે તે આપણા અંજાણપણને લીધેછે; તારે તેનો અટકાવ કરવાને માટે શું ઉપાયો લેવા જોઈયે ?

હા૦ તમારા એખલાના અંજાણપણને લીધેજ નહીં, પણ તમારા પડોશીઓનું અંજાણપણું પણ તમને આડે આવેછે. પડોશીઓ

ઉપર આપણો હક કદી પણ ચલાવી શકશું નહીં, પણ જે આપણી પોતાની હાલત સુધારવાને તબવીજ કરશું તો આપણને તેમ બીજાઓ ને કેટલો ફાયદો થશે. મારો પક્કો વીચારછે કે જે મરદ અને ઓરત પોતાના બચાંની સંભાલ લેઈ શકે નહીં અને જરૂરની માવજતથી અંજાણા હોયે, તેઓ પરણવાને લાયક નથી. જીવો, એક દાખલો આપું; તમારા ચોકમાં તમે એક કુલની વાડી બનાવીછે; તાંહાં તમે પોતે મેહેનત કરોછો અને તેની સંભાલ લેઓછો; જે તમુને તેની સંભાલ લેતાં આવડે નહીંતો તે જાહાડ કરમાઈને મરી જાયછે, પણ તમે તેને મરવા દેતાં નથી; તે જાહાડની ખાશીયતો શુંછે તે તમે આ ગલથી લોકોને પુછો પરછોછો, તેને કેયારે અને કેવી રીતે પાણી સીપ વું, તડકામાં અથવા છાયડામાં રાખવું, એવી એવી બાબદોનું જ્ઞાન લેઓછો અને પછી તે પરમાંણે ચાલોછો; અને દરેક જાહાડની ખાશીયતો જાણીયાથી તમે તેને કરમાઈ જતાં બંચાવોછો. પણ હવે જીવો; જારે તમે ખેડ જણુ પરણીયાં તારે તમુને ખજર હતી કે તમારે તાંહાં બચાં થશે, પણ તમે ખેડ જણે કાંઈ પણ દરકાર રાખો નહીં કે જે બાલક તમુને સોફવામાં આવશે તેને કેવી રીતે જાલવવું અથવા ઉધારવું; જાણે કે એક બાલકને જાન એક કુલનાં જાહાડ આગલ કાંઈ નથી; જાણે બાલકને જાલવવાને મારે આપણને કાંઈ પણ માહીતગારીની જરૂર નથી.

સી.૦—પણ બાલકો જારે દરદી થાયછે તારે ડાકટરો તેની સંભાલ લેવાને હાજર હોયછે અને તેથી આપણે બેદરકાર રહેવું પડેછે. બાલકોને દવાની જરૂર પડેછે, જાહાડ પાનને તેવું કોઈ પણ જોઈતું નથી.

ડા.૦—વલી તમે વીચાર કરીયા વગર બોલીયાં; પણ તેથી તમુને સવાલ કરવાને અટકાવતો નથી; જે ચીજ આપણને સમજ પડે નહીં, તે સમજવાને પેહેલી જોગવાઈ લેવી. ખરૂંછે કે જારે બચાંને દરદ થાયછે તારે ડાકટર હાજર થાયછે; પણ ઘણી વેલા બચાં દરદી થાયછે તે મા આપનાં અંજાણપનાને લીધે હોયછે. એક દાખલો આપું. જારે બચું રહેછે તારે માએ સમજેછે કે તે ખોરાકને મારે રડતું હશે, એમ સમજીને તેને વારેઘડીએ થાત આપીયા કરેછે; વારેઘડીએ એવું બને છે કે બચાંને દુધ હજમ થતું નહીં તેથી તે પેટમાં હોરમાવેછે અને તેથી બચું રહેછે, એવી હાલતમાં બચાંને જોરજીલમથી વધારે દુધ

આપણું બચાંનું કુખ વધારીયા બરાબર છે. જો એટલી સેહેલી વાત માએ સમજે તો કદી પણ કુખ આપે નહીં. એટલી સેહેલ વાતની બે સમજને લીધે બચું દરદી થાય છે અને પછી ડાક્ટરને બોલાવવો પડે છે; એટલા માટે જરૂર છે કે માએને બચાંની તબીબેતનું કાંઈ પણ ગંતાન હોવું જોઈયે. એક ડાક્ટરે મારો આગલ એક ઈંગરેજ ઓરતની વાત કહી તે સાંભળીને ખચીતથી તમારા મનમાં અસર થયા વગર રહેશે નહીં. મને ડાક્ટરે કહીયું કે એક દીવસે તેને ઘણીજ ઉતાવળથી એક ઈંગરેજ ઓરતે તેનાં બચાંને જોવાને માટે તેડું મોકલીયું. જઈને જુવે છે તો બચું પાલણુમાં સુતેલું છે; બચાંની તબીબેતની વાત પુછી, પેલી ઓરતે કહીયું કે અરધા કલાક આગમન બચું બેચેન જેવું લાગું અને તેના હાથ અને પગનાં અંગુઠા ખેંચાવા લાગ્યા; અને દાંત કકરાવા લાગું. તેણીને ખબર હતી કે તેનાં દાંત કુટે છે અને પારા તરત ચીરવા જોઈયે; પણ પાસે કાંઈ હથીયાર નહીં હોવાથી તરત તેણીએ પોતાનાં નખ વતી જાંઠાં દાંતના પારા તણાઈ આવીયા હતા તે ચીરી નાખીયા અને તરત ડાક્ટરને બોલાવવા મોકલીયો. તે ડાક્ટરે મને કહીયું કે જો પારા ચીરવાને થોડી પણ ઢીલ પડી હતે તો ખચીતથી તે બચાંને ઉપલીયું તથા તાન થયા વગર રહેતે નહીં; પણ પેલી સમજી ઓરતે પોતાની સમજથી પોતાના બચાંનો જાંન બંચાવીયો હતો.

સી૦—હા, જો હમને પણ એવી સમજ હતે તો હમારું બચું મરી જતે નહીં; હમે તો આપણા લોકોની સમજ પરમાંણે ધુંધ આપી અને સેક કરવા મંદી ગયાં; તમે આવીને પારા ચીરીયા, પણ તમે જણાવીયું કે ઉપલીયાનું તાન એટલું તો જોરમાં થયું હતું કે તેથી બચાંની કાંઈ પણ આશા લાગતી નથી અને તેમજ બનીયું.

સી૦—એ પરમાંણે કેટલાં બચાં મા આપની બેસમજને લીધે વગર

છુપણા સીવાએ તમારા પોતાનાં લગનમાં અને તમારા પોતાનાં બાંધામાં કેટલીએક ખાંતીને લીધે એમ બનીયું છે તે સેહેલથી બતલાવી આપશ.

સી૦—ડાક્ટર સાહેબ, હમારા બાંધામાં ખાતી હોયે તે કદાચ ક બુલ કરીયે, પણ હમારા લગનમાં તમે કાંઈ પણ ખાતી બતલાવી આ પશે એવું હું કબુલ કરી શકતી નથી.

ડા૦—તમારા બેઉમાં સંપ અને સુખ છે તે હું જાણું છું, પણ કે ટલીએક બાબદ ઉપર હવે તમારો કાંઈ પણ અખતીયાર રહેયો નથી તે હું સમજાવશ.

સી૦—સા૦—ઠીક છે; ડાક્ટર સાહેબ આવજો.

પુ જ લી .



આ આંમડીનું દરદ એટલું તો સાધારણ છે અને તે બચાંએ ઉપ ર એટલો તો હોમલો કરે છે કે કોઈજ માણસ એવું રહી ગયું હોય કે ને તેની જાંઘીમાં એ દરદ થયું નહી હોયે: એ દરદ એક માણ સથી બીજા માણસને ઉડે છે અને તે એટલું તો કંટાલા લરેલું છે, કે જોકે તે બીજા કાંઈ પણ રીતે અવગુણ લરેલું નથી તોયપણ લોકો તે થી એટલાં તો ડરે છે, કે જે શખસને ખુજલી થઈ હોયે તેની તરફ થી કારની નજરથી જુવે છે અને તેનેથી દુર રહેવાને ચાહે છે. એવું એક સાધારણ દરદ થું છે, તે સાથી પેદા થાયે છે અને તેના ઉપાયે થું છે તે દરેક જણને જાણવાની જરૂર છે. જોકે એ દરદ અસલનાં જમાનાથી માણસ ઉપર હોમલો કરતું આવીયું છે, તોયપણ એની ખાશીયત વીશે ડાક્ટરોનો એટલાં તો જુદાં મત પડીયાં છે, કે આજ થોડી સુદતજ થ ઈ એની ખાશીયત પકી રીતે સમજ પડી છે. હાલ સુધી લોકોનો એ વો વીચાર હતો કે લોહી બીગડીયાથી આમડીમાં એ દરદ થાયે છે, તે રસી પેદા કરે છે અને તે રસીની મારફતે એ દરદ એકથી બીજાને ઉ ડે છે. હવે સઘલા ડાક્ટરોની ખાતરી થઈ છે, કે એ દરદ એક ઘણુંજ ખારીકે જાનવર આમડીમાં પ્રેવસ થયાથી ઉતપન થાયે છે. એ જાનવર ઘણુંજ ખારીકે અને ઘણીજ ખારીકીથી જેતાં સાધારણ આંખે નજરે

આપણું બચાંનું કુખ વધારીયા બરાબર છે. જો એટલી સેહેલી વાત માએ સમજે તો કદી પણ દુધ આપે નહીં. એટલી સેહેલ વાતની બે સમજને લીધે બચું દરદી થાય છે અને પછી ડાક્ટરને બોલાવવો પડે છે; એટલા માટે જરૂર છે કે માએને બચાંની તબીયેતનું કાંઈ પણ ગંતાન હોવું જોઈયે. એક ડાક્ટરે મારી આગલ એક ઈંગરેજ ઓરતની વાત કહી તે સાંભળીને ખચીતથી તમારા મનમાં અસર થયા વગર રહેશે નહીં. મને ડાક્ટરે કહીયું કે એક દીવસે તેને ઘણીજ ઉતાવળથી એ ક ઈંગરેજ ઓરતે તેનાં બચાંને જોવાને માટે તેડું મોકલીયું. જ ઈને જુવે છે તો બચું પાલણામાં સુતેલું છે; બચાંની તબીયેતની વાત ખુબી, પેલી ઓરતે કહીયું કે અરધા કલાક આગમન બચું બેચેન ને વું લાગું અને તેના હાથ અને પગનાં અંગુઠા ખેંચાવા લાગા; અને દાંત કકરાવા લાગું. તેણીને ખબર હતી કે તેનાં દાંત કુટે છે અને પારા તરત ચીરવા જોઈયે; પણ પાસે કાંઈ હથીયાર નહીં હોવાથી તરત તેણીએ પોતાનાં નખ વતી જાંહાં દાંતના પારા તણાઈ આવીયા હતા તે ચીરી નાખીયા અને તરત ડાક્ટરને બોલાવવા મોકલીયો. તે ડાક્ટરે મને કહીયું કે જો પારા ચીરવાને થોડી પણ ઢીલ પડી હોતે તો ખચીત થી તે બચાંને ઉપલીયું તથા તાન થયા વગર રહેતે નહીં; પણ પેલી સમજી ઓરતે પોતાની સમજથી પોતાના બચાંને જાંન બંચાવીયો હતો.

સી૦—હા, જો હમુને પણ એવી સમજ હોતે તો હમારું બચું મરી જતે નહીં; હમેતો આપણા લોકોની સમજ પરમાંણે ધુંધ આપી અને સેક કરવા મંદી ગયાં; તમે આવીને પારા ચીરીયા, પણ તમે જણાવીયું કે ઉપલીયાંનું તાન એટલું તો જોરમાં થયું હતું કે તેથી બચાંની કાંઈ પણ આશા લાગતી નથી અને તેમજ બનીયું.

સા૦—એ પરમાંણે કેટલાં બચાં મા આપની બેસમજને લીધે વગર મોહોતે મરી જતાં હશે. તમારા કહેયા પરમાંણે મા આપને બચાંની તનદરોસતી વીશે સમજ હોવી જોઈયે. મેં આટલું સુધી એ બાબદ ઉપર કાંઈ પણ ઘેયાન પોંહ્યાંચાડીયું નહીં તેથી હું ઘણો શરમીદો થાઉં છું અને પેહેલી જોગવાઈએ તમારી પાસેથી એ બાબદોની સમજ લેયા વગર રહેવશ નહીં.

ડા૦—હાલ મને કામ છે, પણ જરૂર ફરીથી આપણે મલશું; તારે તમારાં બચાં એવાં દરદી થઈને મરી ગયાં, તેનું કારણ તમારા અનજ

જવાટ ભારે વધી પડેછે. ઘણીવેલા ચામડી ખુજવીયાથી એ જાનવર એક ગમથી નીકલી પડેછે અને નખની મારફતેજ ચામડીની બીજી જગા ઉપર વલગેછે; એ પરમાણુ ચામડી ખુજવીયાથીજ એ દરદ ફેલા તું જાયેછે. આપણા લોકોમાં એવો વીચારછે જે રસી ચામડીના બી જા ભાગોને લાગીને એ દરદ ફેલાયેછે, તે વીચાર ખોટોછે; રસી કાં ઇપણુ રીતે જોડેરી નથી.

એ જાનવર બદનની કુમલી ચામડી ઉપર હોમલો કરેછે અને એટલા માટે આંગલાંઓ ઉપર અને આંગલાંની વચ્ચે પેહેલ વેહેલાં એ માલમ પડેછે, કાંયેકે એ ભાગ બીજા ભાગ કરતાં ઘણો ઉઘાડો રેહે છે. એ પછી હાથની કાંદી ઉપર આવેછે અને એ પછી હાથનાં આ ગલા ભાગ ઉપર પંથરાયેછે; બાલની જગા ઉપર તે હોમલો કરતું નથી. બચાંમાં હાથ તેમ પગ ઉપર માલમ પડેછે અને ગાનના કુલાં ઉપર વારેઘડીએ જોવામાં આવેછે. જે જગા ઉપર કાંઈપણુ રીતે દબાન થાયેછે તાંહાં પણુ એ જાનવર લાગુ પડેછે; જેમકે જે લોકો ઘોતર અથવા લેગો જોરથી બાંધેછે, તેઓની કમર ઉપર વારેઘડીએ કોહાવાટ માલમ પડેછે.

- એ દરદ સઘલી ઉમરમાં થાયેછે; પણુ બચાંઓમાં વધારે હાયેછે. ઓરત કરતાં મરદને વધારે થાયેછે. ગરીબ લોકોમાં એ મરજ ઘણો લાગુ પડેછે; કાંયેકે ઘણી વેલા તેઓથી પોતાનું આંગ સફાઈ રાખવાને બનતું નથી; અને મેલ એ જાનવરોના દોસતછે. વલી ગરીબ લોકોને એકજ બીછાનાં ઉપર પાંચ છ જણને સાથે સુવું પડેછે અને તેથી એક માહેથી બીજાને જલદીથી લાગુ પડેછે. માતબર લોકોમાં એ મરજ ઘણો જોવામાં આવતો નથી; અને જો લાગુ પડેછે તો તે ઓનાં ચાકરો ઉપરથી ઘણું કરીને હાયેછે. એ જાનવરો મેલાં કપડા માં ઘણું લગી રેહેછે અને કપડાંને રસતે એક માણસથી બીજા માં લાગુ પડેછે. આપણા લોકોના વીચારછે જે મીઠાસ આધારી ખુ જલી થાયેછે તે વીચાર ખોટોછે; કોઈ પણુ જાતનો ખોરાક આધારી એ દરદ લાગુ પડતું નથી. જે લોકો મેલાં રેહેછે, તેઓમાં એ દરદ જલદીથી માલમ પડી આવેછે.

• હીંદુસધાનમાં એ મરજ ઘણો લાગુ પડેલોછે અને હાલ પણુ આ પણુને થોડાજ હીંદુઓ મલી આવશે, પછી બચાં હોય કે મોટી વયે

પડેછે. જેવું ચામડી ઉપર એ જાનવર વલગીયું તેવું તે અંદર જવાની વેતરણ કરેછે. પેહેલા તે ચામડીની જગા ઉપર કાંઈ પણ માલમ પડતું નથી, પણ બારીકીથી તપાસતાં ચામડીનાં નરમ બારીક પરનાં છલતાં થઈ ગયેલાં અને વચમાં ચામડી બેસી ગયેલી દેખાયેછે. જેવી ચામડી, નાજુક અથવા કઠીણ, તે પરમાણે બેથી તે ચઉદ દાહાડામાં એ જગા ઉપર બારીક પરાની માફક અણીદાર કુલી અથવા અરાઈ થઈ આવેછે; અને તેમાં પાણી જેવી રસી દેખાયેછે. એ વખતે એ જગા ઉપર અને બીજી આસપાસની ચામડીમાં એટલો તો ખુજવાટ લાગેછે કે નખ વતે જોરથી ઘસોયા છતાં તે ખુજવાટ નરમ પડતો નથી; કોઈ વખતે એ ખુજવાટ માણસને ઘેલો કરી નાખેછે; અને નખ સીવાએ હરેક કઠીણ ખલરાયેલી ચીન, જેમકે લાકડું, લોહોડું, ઈં સાથે ચામડીને ઘસેછે, અને એ ઉપરથી એ દરદતું નામ ખુજલી કરીને પડીયુંછે. એ ઘસારાથી કુલી કુટી જાયેછે અને રસી બંધાઈને પોપરા બનેછે. કેટલી વખતે લોહી નીકલેછે અને કુલીની જગા ઉપર કાલા લોહીનાં પોપરા બંધાઈ રહેછે. કોઈ વેલા ખુજવાટ ઘણો લાગતો નથી અને તારે કુલી સુકાઈ જાયેછે અને તેના છલટાં રહેછે. જે લોકોને બાંધો સારો હોતો નહી તેઓમાં, એ કુલી પાકીને તેમાં પડ પેદા થાયેછે; અને પછી તે કુટીને તેના પીલા પોપરા બંધાયેછે. કોઈ વખતે તેના આઈઆં અથવા આંડાં પડી રહેછે. એટલા વખતમાં એ જાનવર પોતાનો રસતો ચામડીને હેઠે કરતું જાયેછે અને ઘણી વેલા અરધો અથવા પોણો ઈંચ લગી પેવસ થાયેછે અને એ રસતો ચામડીની ઉપર એક સફેદ લીટીની મોસાલે માલમ પડેછે. એ લીટીની બીજી છેડે એક બારીક અણીદાર ઉઠાવ માલમ પડેછે અને એ જગા ઉપર તે જાનવર વસેછે; એ ઉઠાવને જે એક સોએથી ફોડીયો હોયેતો તે માંહેથી એ જાનવર બાહર નીકલી આવશે. એ જાનવર જેમ અંદર રસતો કરતું જાયેછે તેમ તે રસતામાં બારીક ઈંડાં પણ મુકતું જાયેછે; એ ઈંડાં માંહેથી પુશકલ જાનવરો પેદા થાયેછે અને વલી તે ઉપરથી બીજા જાનવરો એટલાંતો વધી પડેછે કે જાણે માણસનાં બદન ઉપર એ જાનવરની એક મોહોટી વસતી થઈ પડેછે જાંહાં જાનવર પેવસ થાયેછે તાંહાંજ માતરે કુલીઓ થઈને રહેતી નથી, પણ બીજી કુલીઓ જાનવરના રસતાની લીટી ઉપર પોતાની મેલે કુટી નીકલેછે અને એથી ખુ

જવાટ ભારે વધી પડે છે. ઘણીવેલા ચામડી ખુજવીયાથી એ જાનવર એક ગમથી નીકલી પડે છે અને નખની મારફતે જ ચામડીની બીજી જગા ઉપર વલગે છે; એ પરમાણુ ચામડી ખુજવીયાથી જ એ દરદ ફેલાતું જાય છે. આપણા લોકોમાં એવો વીચાર છે જે રસી ચામડીના બીજા ભાગોને લાગીને એ દરદ ફેલાય છે, તે વીચાર ખોટો છે; રસી કાંઈપણ રીતે જહેરી નથી.

એ જાનવર બદનની કુમલી ચામડી ઉપર હોમલો કરે છે અને એટલા માટે આંગલાંઓ ઉપર અને આંગલાંની વચ્ચે પેટેલ વેડેલાં એ માલમ પડે છે, કાંયેકે એ ભાગ બીજા ભાગ કરતાં ઘણો ઉઘાડો રેડે છે. એ પછી હાથની કાંદી ઉપર આવે છે અને એ પછી હાથનાં આંગલા ભાગ ઉપર પંથરાયે છે; બાલની જગા ઉપર તે હોમલો કરતું નથી. બચાંમાં હાથ તેમ પગ ઉપર માલમ પડે છે અને ગાનના કુલાં ઉપર વારેઘડીએ જોવામાં આવે છે. જે જગા ઉપર કાંઈપણ રીતે દબાન થાય છે તાંહાં પણ એ જાનવર લાગુ પડે છે; જેમકે જે લોકો ઘોતર અથવા લેગો જોરથી બાંધે છે, તેઓની કમર ઉપર વારેઘડીએ કોહાવાટ માલમ પડે છે.

- એ દરદ સઘલી ઉમરમાં થાય છે; પણ બચાંઓમાં વધારે હાય છે. ચોરત કરતાં મરદને વધારે થાય છે. ગરીબ લોકોમાં એ મરજ ઘણો લાગુ પડે છે; કાંયેકે ઘણી વેલા તેઓથી પોતાનું આંગ સફાઈ રાખવાને બનતું નથી; અને મેલ એ જાનવરોનો દોસત છે. વલી ગરીબ લોકોને એક જ બીજાનાં ઉપર પાંચ છ જણને સાથે સુવું પડે છે અને તેથી એક માણેથી બીજાને જલદીથી લાગુ પડે છે. માતબર લોકોમાં એ મરજ ઘણો જોવામાં આવતો નથી; અને જો લાગુ પડે છે તો તેઓનાં ચાકરો ઉપરથી ઘણું કરીને હાય છે. એ જાનવરો મેલાં કપડાંમાં ઘણું લગી રેડે છે અને કપડાંને રસતે એક માણસથી બીજામાં લાગુ પડે છે. આપણા લોકોનો વીચાર છે જે મીઠાસ ખાધાથી ખુજલી થાય છે તે વીચાર ખોટો છે; કોઈ પણ જાતનો ખોરાક ખાધાથી એ દરદ લાગુ પડતું નથી. જે લોકો મેલાં રેડે છે, તેઓમાં એ દરદ જલદીથી માલમ પડી આવે છે.

• હીંદુસ્થાનમાં એ મરજ ઘણો લાગુ પડેલો છે અને હાલ પણ આપણને થોડા જ હીંદુઓ મલી આવશે, પછી બચાં હાય કે મોટી વયે

પડેછે. જેવું ચામડી ઉપર એ જાનવર વલગીયું તેવું તે અંદર જવાની વેતરણ કરેછે. પેહેલાં તે ચામડીની જગા ઉપર કાંઈ પણ માલમ પડતું નથી, પણ બારીકીથી તપાસતાં ચામડીનાં નરમ બારીક પરનાં છલતાં થઈ ગયેલાં અને વચમાં ચામડી ખેસી ગયેલી દેખાયેછે. જે વી ચામડી, નાજુક અથવા કઠીણ, તે પરમાણે બેથી તે ચઉદ દાહડામાં એ જગા ઉપર બારીક પરાની માફક અણીદાર કુલી અથવા અરાઈ થઈ આવેછે; અને તેમાં પાણી જીવી રસી દેખાયેછે. એ વખતે એ જગા ઉપર અને બીજી આસપાસની ચામડીમાં એટલો તો ખુજવાટ લાગેછે કે નખ વતે જોરથી ઘસીયા છતાં તે ખુજવાટ નરમ પડતો નથી; કોઈ વખતે એ ખુજવાટ માણસને ઘેલો કરી નાખેછે; અને નખ સીવાએ હરેક કઠીણ ખલરાયેલી ચીજ, જેમકે લાકડું, લોહાડું, ઇંચ સાથે ચામડીને ઘસેછે, અને એ ઉપરથી એ દરદતું નામ ખુજલી કરીને પડી યુંછે. એ ઘસારાથી કુલી કુટી જાયેછે અને રસી બંધાઈને પોપરા બનેછે. કેટલી વખતે લોહી નીકલેછે અને કુલીની જગા ઉપર કાલા લોહીના પોપરા બંધાઈ રહેછે. કોઈ વેલા ખુજવાટ ઘણો લાગતો નથી અને તારે કુલી સુકાઈ જાયેછે અને તેના છલટાં રહેછે. જે લોકોના બાંધો સારો હોતો નહી તેઓમાં, એ કુલી પાકીને તેમાં પડ પેદા થાયેછે; અને પછી તે કુટીને તેના પીલા પોપરા બંધાયેછે. કોઈ વખતે તેના આઈઆં અથવા આંડાં પડી રહેછે. એટલા વખતમાં એ જાનવર પોતાનો રસતો ચામડીને હેઠે કરતું જાયેછે અને ઘણી વેલા અરધો અથવા પોણો ઇંચ લગી પેવસ થાયેછે અને એ રસતો ચામડીની ઉપર એક સફેદ લીટીની મીસાલે માલમ પડેછે. એ લીટીની બીજી છેડે એ ક બારીક અણીદાર ઉઠાવ માલમ પડેછે અને એ જગા ઉપર તે જાનવર વસેછે; એ ઉઠાવને જો એક સોએથી ફોડીયો હોયેતો તે માંહેથી એ જાનવર બાહર નીકલી આવશે. એ જાનવર જેમ અંદર રસતે કરતું જાયેછે તેમ તે રસતામાં બારીક ઇંડાં પણ સુકતું જાયેછે; એ ઇંડાં માંહેથી પુશકલ જાનવરો પેદા થાયેછે અને વલી તે ઉપરથી બીજાં જાનવરો એટલાં વધી પડેછે કે જાણે માણસનાં બદન ઉપર એ જાનવરની એક મોહાટી વસતી થઈ પડે; જાંડાં જાનવર પેવસ થાયેછે તાંડાંન માતરે કુલીઓ ઘઈને રહેતી નથી, પણ બીજી કુલીઓ જાનવરના રસતાની લીટી ઉપર પોતાની નેલે કુટી નીકલેછે અને એથી ખુ

જવાટ ભારે વધી પડે છે. ઘણીવેલા ચામડી ખુબવીયાથી એ જાનવર એક ગમથી નીકલી પડે છે અને તખતી મારફતે જ ચામડીની બીજી જગા ઉપર વલગે છે; એ પરમાણુ ચામડી ખુબવીયાથી જ એ દરદ ફેલા તું જાય છે. આપણા લોકોમાં એવો વીચાર છે જે રસી ચામડીના બી જા ભાગોને લાગીને એ દરદ ફેલાય છે, તે વીચાર ખોટો છે; રસી કાં ઇપણ રીતે જોડેરી નથી.

એ જાનવર બદનતી કુમલી ચામડી ઉપર હોમલો કરે છે અને એટલા માટે આંગલાંઓ ઉપર અને આંગલાંની વચે પેહેલ વેહેલાં એ માલમ પડે છે, કાંયેકે એ ભાગ બીજા ભાગ કરતાં ઘણો ઉધાડો રેહે છે. એ પછી હાથની કાંદી ઉપર આવે છે અને એ પછી હાથનાં આ ગલા ભાગ ઉપર પંથરાયે છે; બાલની જગા ઉપર તે હોમલો કરતું નથી. બચાંમાં હાથ તેમ પગ ઉપર માલમ પડે છે અને ગાનના કુલાં ઉપર વારેઘડીએ જોવામાં આવે છે. જે જગા ઉપર કાંઈપણ રીતે દબાન થાય છે તાંહાં પણ એ જાનવર લાગુ પડે છે; જેમકે જે લોકો ઘાતર અથવા લેગો જોરથી બાંધે છે, તેઓની કમર ઉપર વારેઘડીએ કોહાવાટ માલમ પડે છે.

- એ દરદ સઘલી ઉમરમાં થાય છે; પણ બચાંઓમાં વધારે હોય છે. ચોરત કરતાં મરદને વધારે થાય છે. ગરીબ લોકોમાં એ મરજ ઘણો લાગુ પડે છે; કાંયેકે ઘણી વેલા તેઓથી પોતાનું આંગ સફાઈ રાખવાને બનતું નથી; અને મેલ એ જાનવરોનો દોસત છે. વલી ગરીબ લોકોને એક જ બીજાનાં ઉપર પાંચ છ જણને સાથે સુવું પડે છે અને તેથી એક માહુથી બીજાને જલદીથી લાગુ પડે છે. માતખર લોકોમાં એ મરજ ઘણો જોવામાં આવતો નથી; અને જે લાગુ પડે છે તે તેઓનાં ચાકરો ઉપરથી ઘણું કરીને હોય છે. એ જાનવરો મેલાં કપડામાં ઘણું લગી રેહે છે અને કપડાંને રસતે એક માણસથી બીજામાં લાગુ પડે છે. આપણા લોકોનો વીચાર છે જે મીઠાસ ખાધાથી ખુબલી થાય છે તે વીચાર ખોટો છે; કોઈ પણ જાતનો ખોરાક ખાધાથી એ દરદ લાગુ પડતું નથી. જે લોકો મેલાં રેહે છે, તેઓમાં એ દરદ જલદીથી માલમ પડી આવે છે.

• હીંદુસ્થાનમાં એ મરજ ઘણો લાગુ પડેલો છે અને હાલ પણ આ પણને થોડા જ હીંદુઓ મલી આવશે, પછી બચાં હોય કે મોટી વયે

નાં કે જ્યોત્સનાં એ દરદ જોવામાં આવતું નથી. તેઓ એ દરદ વી
શે એટલું તો બેદરકારપણું બતાવેછે, કે કેટલાએકોમાં બચપણથી
તે તેઓ બુદ્ધ થાયેછે તાંહાં લગી એ મરજ ચાલુ રહેલો હોયેછે. હી
કુ લોકો દરરોજ પોતાનું આંગ ઘાયેછે ખરાં, પણ તેઓ મેલ કાહાડ
વાને મેહનત લેતાં હોયે અથવા સાચુ જોવી ચીજ જાણતા હોયે એવું
લાગતું નથી. હાલનાં વખતમાં પણ સાચુ જોવી ચીજ થોડાજ હીંકુ
ઓને તાંહાં મલી આવશે. વલી હીંકુ લોકો પોતાના કપડાં જાંહાંસુ
ધી ફાટેછે, તાંહાં લગી તેજ પેહેરીયા કરેછે; મેલાંને મેલાં કપડાં ઘણી
મુંદત લગી તેઓનાં આંગ ઉપર રહેછે અને તેથી મેલ અને પુનલી
લાગુ પડે તેમાં કાંઈ પણ નવાઈ જેવું લાગતું નથી.

પારસીઓનાં બચાંઓમાં એ મરજ વારેઘડીએ જોવામાં આવેછે,
અને તેનું કારણ ઘણુંકરીને તેઓને જમીન અને હુલમાં રમવા દીધા
ને લીધે હોયેછે. ઉમરે પુગેલા મરદ અથવા ઓરતમાં, ગરીબ અથવા
માતબરમાં કોઈ કદાચજ જોવામાં આવેછે. પારસી લોકો સાચુનો
ઉપયોગ અછી રીતે સમજેછે અને ગમે તેવો ગરીબ માણસ હોયે પ
ણ તેને તાંહાં એ વસતુ જરૂરીયાતની મીસાલે માલમ પડશે. કોઈ વે
લાં એક બચાંને લીધે આખાં કુટુંબમાં લાગુ પડેછે, પણ તેનો ઉપાયે તે
ઓ કરવાને ચુકતાં નથી.

ઈંગ્લંડમાં કેટલુંએક સુધી પુનલી જોવી ચીજ માલમ હતી ન
હી; પણ લડાઈઓને લીધે લશકરની મારફતે દાખલ થઈ હતી. યુરો
પીયન લોકો એ દરદથી એટલાતો બીહુછે કે તેઓ પુનલીવાલા માણ
સની સોડે જતા નથી એટલુંજ નહી, પણ તેઓ તરફ ધીકારની નજરે
જુવેછે; કાંયેકે તેઓ સમજેછે કે એ મરજ મેલ અને નજસાટથી પેદા
થાયેછે અને કોણ શખસ એવી ઇલતનાં માણસને ધીકારીયા વગર
રહેશે નહી ?

પુનલી કોઈ પણ રીતે ધાસતી બરેલી નથી. પુનવાટ અને બે
એની સીવાએ તેથી બીજી કાંઈ પણ ખરાબ અસર થતી નથી. આપ
જણાં લોકોમાં એક વીચારેજે જે પુનલી બીજા દરદો થતાં અટકાવેછે
અને જે શખસને હમેશાં પુનલી રહેછે તેને બીજું દરદ થવાની ધા
સતી રહેતી નથી; અને તેની સાહદતમાં આએ બાબદ લાવેછે કે જા
રે એવાં માણસમાં પુનલી જતી રહેછે તારે બીજું દરદ તરત થઈ આ

વેછે. એ વીચાર તદ્દન ખોટોછે; ઘણી વેલા એવું બનીયુંછે જે કાંઈ પણ જોરાવર દરદ થઈ આવીયાથી પુનલીનું જોર નરમ પડેછે, અને તેથી લોકોને એવો વીચાર ગયો હોય કે પુનલી નરમ પડવાથી બીજું દરદ ઉભરી આવીયું, પણ તેમ કાંઈ નથી. દરદી હાલતમાં પુનલીનાં જાનવરને પુરતો ખોરાક મળી આવતો નથી; તેઓ મુરદાલ થઈ જાય છે, અને તેથી પુનલીનું જોર નરમ લાગેછે; પણ જેવું માણસ માંદ ગી માહેથી હુશીયાર થયું એટલે પુનલી પુર જોરમાં પાછી થઈ આવે છે. એજ કારણને લીધે પુનલીનું જોર નબલાં માણસોમાં ઘણું થોડું, પણ લોહીયાર માણસમાં પુર હોયછે.

જોરે પુનલી એટલી સાધારણ અને કમકમાટ તથા બેચેની ઉપ જાયે એવીછે તારે જરૂરછે જે દરેક જણ તેથી દુર રહેવાનાં સઘલા ઉપા યોથી માહીતગાર રહે. જે શખસ દરરોજ આંગને સાબુ વતે સાફ કરેછે તેને કદાચજ પુનલી લાગુ પડેછે. જે શખસને એક વખત પુનલી થઈ, તેણે સાબુવતે આંગ સાફ રાખવાની, મેલાં કપડાં આંગ ઉપર નહી રાખવાની, કમર આગલથી કપડાં તંગ નહી પેહેરવાની તબવીજ રાખવી જરૂરછે; તેમાં સઉથી મોતેબર પરહેજ એ જોઈયે, કે કોઈપણ પુનલીવાલા માણસથી દુર રહેવું. કપડાંમાં હરેક જાતનો ખુશબો છાંટીયાથી એ જાનવર હોમલો કરી શકશે નહી.

જો જરાપણ આંગલાંઓની વચે પુનવાટ જણાયો અને કુલી માલમ પડી તો તરત તે લાગ સાબુથી અછી રીતે ઘેવો અને પછી તે ઉપર થોડી ગંધક માખણમાં મેલવીને ખુબ મસલવી. તેથી તરત એ ક બે દાહાડામાં આરામ થઈ જશે. એટલી વાત ધેઆનમાં રાખવી કે જાંહાંસુધી એ જાનવરો મરી જાય નહી. તાંહાંસુધી તેનો ઉપદ્રવ વધીયા કરવાનો. એ જાનવરોને મારી નાખવાને માટે સઉથી સર સ દવા ગંધક સીવાએ બીજી થોડી માલમ પડીછે. પુનલી ઉપર દવાઓ જે ફરમાવવામાં આવીછે તેનો કાંઈ પાર નથી, પણ સઉમાં ગંધક સસતી, સુતરી, અને ફાયેદાકારક માલમ પડીછે. એક બીજી વાત ધેયાનમાં રાખવી જરૂરછે. કદીપણ પુનલીને ખુબવવી નહી અને જો પુનલીયા વગર ચાલે નહીતો તેજ હાથ કદીપણ બદનના બીજા ભાગને લગાડવો નહી.

ઘણી વેલા એવું બનેછે કે જાનવરો ખુશકલ જગા ઉપર લાગુ પ

ડીયાં હોયછે, પણ સેહેન પુનવાટ થાયછે અને ફુલીઓ ઉડી નથી આવતી; એવે વખતે કેહેવાઈ નહી શકાતું કે કીયા ભાગમાં એ જાનવરો નો ઉપદ્રવ થયોછે, એવા મામલામાં જાંહાં જાંહાં પુનવાટ થતો હોયે એટલુંજ નહી, પણ સઘલી ચામડી ઉપર ગંધકનો મલમ લગાડવાની જરૂરછે. જો પુનલીનું જોર ઘણું હોયેતો એ દાહાડા લગી સહ વાર અને સાંહાંજ બેથી તે ચાર આઉંસ ગંધકનો મલમ પુખ મસલવો. પછી ગરમ કપડાં પેહેરવાં અથવા ગરમ બંતુસ ઓઠીને સુધ રેહેવું, તરીજ દાહાડે ગરમ પાણીએ નાહાવું અને પુખ અછી રીતે સાબુથી ચામડી સાફ કરવી. એમ કીધાથી એ દાહાડામાં એ દરદ દદન દદે થઈ જશે. ગંધકનો મલમ જરૂર કરતાં વધારે લગાડવો નહી જોઈયે. પુનવાટ નરમ પડીયો એટલે મલમ લગાડવા નો પણ મુકી દેવો. જો ગંધક વધારે દાહાડા લગાડવામાં આવેછે તો તે પોતે ચામડીને પુનલીને અરાઈ પેદા કરેછે અને તે ઉપરથી લોકો એમ સમજેછે કે હજુરતો પુનલીની નવી અરાઈઓ ફુટતી જાયછે અને એવા વીચારથી ગંધક લગાડવાનું જારી રાખેછે. એમ કીધાથી ઉલટો ઘેરફાયેદો થાયછે. પુનવાટ નરમ પડીયો એટલે સમજવું કે પુનલીનાં જાનવરો મરી ગયાંછે અને હવે તેઓ નુકસાંતી કરી શકેજ નહી.

ગંધકનો મલમ ઉપર કહેયા પરમાંણે લગાડવાને ઘણાથી બની આવી સકે એવું નથી. જે લોકો કાંમકાજ બાહર જાયછે અને લોકો ની સંપમાં ભેલાયેછે તેઓને દીવસમાં ગંધકનો મલમ લગાડવો નહીં સજવું લાગેછે. એવા લોકોએ દરરોજ સાંજરે મલમ લગાડવો, સારી રાત રેહેવા દેવો અને સહવારે અછી રીતે સાબુ પાણીથી આંગ સાફ કરવું એમ તરણ ચાર દીવસ લગી કીધાથી એ દરદ દદે થઈ શકશે. એ સાથે ગંધકના ફુલતા ૧૦ થોતે ૨૦ ગરેત લગી દાહાડામાં બે વખત ફુધમાં લેવાં. એ ગંધક લોહીમાં ફરી વલીને ચામડીને રસતે પાછી બાહર નીકલેછે અને એ રીતે પુનલી ઉપર અસર કરેછે. ગંધકનો વાસ કપડાંમાં રેહેવાની ધાસતી રેહેશે નહી. વધારે સંભાલ લેવાને માટે થોડોએક ગંધકનો ભુકો બીછાંતા ઉપર પણ છાંટવો. જો આખા-ઘરના કુટુંબમાં પુનલી ફેલાઈ હોયેતો જે આણંઓમાં પેહેરવાના કપડાં રાખવામાં આવે તેમાં પણ ગંધકનો ભુકો એણીગમ પેલીગમ છાંટવો.

ઘણા લોકોને ગંધકનો મલમ લગાડવો નજીસ લાગે છે તેઓને માટે તરેહવાર જાતના પાંણી બનાવીને આપવાની જરૂર પડે છે, પણ તે માતબર લોકોથીજ વપડાઈ શકાય છે અને વલી ગંધક જટલો જલદીથી ફાયદો કરી શકે એવું નથી. પેપરમીટ, રોજમરી, લવેનડર, અને લેમન એસેનસના દરેકના ૪ થીતે ૬ ટીપાં લેવાં, તેમાં દોહોડ ચમચી આલકાહોલ (જલદ સપીરીટ આફ વાઈન) નામવો, તેથી એસેનસો સઘલાં મલી જશે, એમાં તરણ બાટલી થાઈમ (Thyme, એક જાતનો સુગંધી પાલા) નો નરમ કાઢાવો કરીને મેલવવો. એક જાંતો કપડાનો કટકો એ પાંણીમાં બોરીને જાંઠાં ખુબલી હોયે તાંઠાં મુકવો અને તે ઉપર વધારે પાંણી જમ જરૂર પડે તેમ મુકીયા કરવું.

ઘણો વેલા ગંધકનો મલમ નાજુક આમડીને અને ઘણુંકરીને બચાંની ચાંમડીને ખુબવે છે તેથી બીજા ઉપાયો લગાડવાની જરૂર પડે છે. મીથું તેલ ખુબલીના જાતવરોને મારો નાખે છે અને જો એ તેલમાં સેહેજ થોડો કપુર નાખીને ખુબલી ઉપર લગાડીયો હોયેતા ૬ થીતે ૮ દાહાડામાં ખુબલીને નાજુદ કરી નાખે છે. એજ પરમાંજો લારડ (કુકરની ઘોયેલી ચરબી) લગાડીયાથી પણ ઘણો ગુણ મલમ પડે છે. ડાક ટર બાંઝીન કેહે છે કે કામોમાઈલનો મલમ લગાડીયાથી ઘણો ફાયદો થાય છે. પેહેલાં લગાડતાંવારજ ખુબવાટ તરત નરમ પડી જાય છે, અને માતરે તરણ વખત લગાડીયાથી સઘલું દરદ નાજુદ થાય છે. સરકો લગાડીયાથી પણ ખુબલી ઉપર સારી અસર થાય છે અને તે નાજુક બચાંની ચાંમડી ઉપર લગાડવો સારો છે.

જારે ચાઈઆ અથવા ચાંદાં પડે છે અને બચાંઓમાં તે વારેઘડીયે જોવામાં આવે છે, તારે ગંધકનો મલમ તે ઉપર લગાડવો નુકસાનકારક છે, તે ઉપર મીથું તેલ અથવા સાધારણ રૂન લાવવાનો મલમ લગાડવો બસ છે, પણ આસપાસની જગા ઉપર ગંધકનો મલમ લગાડવો, કે જેથી કાંઈ પણ ખુબલીની અસર હોયે તે નાજુદ થઈ જાય.

ગરમીથી ખુબલીનો ખુબવાત ઉલટો વધે છે એટલા માટે ઘણા ગરમ પાંણીએ આંગ ઘોવું નહી, અથવા ગરમ બીજાંનામાં સુવું નહી, એટલુંજ નહી, પણ ઘણો ગરમ બોરાક પણ ખાવો નહી. ખુબલીના જો ઉપદ્રવ ઘણો વધે છે તે રાતરેજ બને છે, કાંયેકે બીજાંનાની ગરમીથી એ જાતવરોને ઉતેજણ મલે છે. તેઓ બાહર નીકલીને બીજા ભાગે ઉપર હોમલો કરે છે.

નાહાવાની મતલબ અને જરૂર.



નાહાવાની મુલ મતલબ ચામડીને સાફ કરવાની છે. દરેક જાણુને ખબર છે કે ચામડી માહેથી હુમેશાં બાફ અને પાણીના આકારમાં પસીનો બાહર નીકલે છે. બાફ આપણી નજરે માલમ પડતો નથી, પણ પસીનો પાણીના આકારમાં ચામડી ઉપર માલમ પડે છે. હરેક રીતે ચામડી હુમેશાં ભીનાયેલી રહે છે. પસીનો નીકલવાની મતલબ ઘણી છે; પણ તે માહેલી એક મતલબ બદલ માહેથી ગલીચ ચીજ કાઢાડી નાખવાની છે. એટલા માટે જરૂર છે કે એ પસીનો બદલ ઉપર રહેવા દેવો નહીં જોઈયે; કાંયેકે જો રહેવા દીધો હોયે તો તે ગલીચ ચીજો પાછી ચામડીમાં પેવસ થાય છે. પસીનાને બદલ ઉપરથી નુકસાન નાખીયાથી એ મતલબ પુરી પડતી નથી; એટલા માટે જરૂર છે કે તેને પાણીવતી ઘોઈ નાખવો જોઈયે.

બદલની ચામડી ઉપરથી હુમેશાં બારીક ખોલ નીકલે છે; એ ખોલ પસીનાને લીધે ચામડીને વલગી રહે છે અને તેથી ચામડીના બારીક સુરાખો બંધ કરી નાખે છે. એ ખોલ કાઢાડી નાખવાની જરૂર છે અને એ મતલબ આંગ ઘોયાથી પુરી પડે છે.

હવામાં ધુલ પુશકલ ઉડે છે અને તે દર પલે આંગ ઉપર પડે છે. પસીનાનાં ભીનાં આંગ ઉપર એ ધુલ વલગી રહે છે અને તેને આપણે મેલ કરીને કઢીયે છે. એ મેલ ચામડીના સુરાખોને બંધ કરી નાખે છે તેથી તેને આંગ ઘોઈને દુર કરવાની જરૂર છે.

જરે ચામડીની ઉપર એ પરમાણુ રાત દાહાડો ગલીચી થાય છે, તારે તેને દરરોજ અને જરૂર પડે તો દાહાડામાં બે વખત પણ પાણી વતી ઘોઈ નાખવી જોઈયે. જો લોકો દર રોજ આંગ ઘોતા નથી, તેઓની ચામડીમાં મેલ અને ગલીચી એકઠી થાય છે અને તેથી તરેહવાર ચામડીનાં દરદો પેદા થાય છે; એટલું જ નહીં, પણ તે ઉપરથી બીજાં તરેહવાર અંદરના ભાગોનાં દરદો લાગુ પડે છે. જો શખસ પોતાનું આંગ બરાબર ઘોતો નથી તે કદી પણ તને તથા મને સુખી રહેતો નથી.

બદલ ઘોયાથી ચામડી સાફ રહે છે, એટલું જ નહીં પણ બીજા ત

રેહવાર ફાયેદા માલમ પડેછે. આખા દીવસની થાક પછી જો સેહેજ ગરમ પાણીએ આંગ સાફ કીધું હોયછે તો તરત થાક ઉતરી જાયછે, કુવત પાછું આવેછે અને જીવ ખુશ થાયછે. વલી દરરોજ આંગ સાફ કીધાથી બદનને કુવત મલેછે. જે લોકો આંગ સાફ કરતા નથી તેઓ કુબલા રેહેછે. બદન સાફ કીધાથી તરેહવાર દરદો થતાં અટકેછે. જે શખસની આમડી નરમ અને સાફ રેહેછે તેની ઉપર દરદ ગલબો કરી શકતું નથી. સુકી આમડી દરદની નીશાણીછે અને એવી આમડીને પાંજીથી ઘોઈને પાછી નરમ કીધાથી દરદો થતાં અટકેછે; એટલુંજ નહીં પણ દરદ થયેલાં જલદીથી સારાં થાયછે. બદનને દરરોજ ઘોવાથી કેટલાંએક ઉડતાં દરદો લાગુ પડી શકતાં નથી; અને જો લોકો આમડીને સાફ રાખવાની સંભાલ લેતો કેટલીએક જાતના ઉડતા મરજો દુનીયાં માહેથી તદન દૂર થઈ જાયે. બદન સાફ રાખીયાથી બીજો મોટો ફાયેદો એછે જે તેથી ઉંઘ મીડી અને ખુશ આવેછે; અને મીજાજ ખુશ રેહેછે. દરદી મન ઉપર જેવો ફાયેદો આંગ ઘોવાથી થાયછે તેવો દારૂ પીધાથી પણ થતો નથી.

જારે આંગ ઘોવાના એટલા બધા ફાયદાછે તારે જરૂરછે કે દરેક જણે તેનો લાભ લેવો જોઈયે, પણ લોકો જેટલું જોઈયે તેટલું એ ઉપર ઘેયાન આપતા હોયે એવું લાગતું નથી. ઘણા જણ આલસાઈને લીધે અને ઘણા જણ વખત અથવા જોગવાઈ નહીં હોવાથી પોતાનું આંગ સાફ રાખતા નથી; પણ સઉથી ઘણા લોકો આંગ સાફ રાખવાના ફાયદાથી તદન અજાણા હોયેછે અને તેથી એ બાબદમાં બેદરકારપણું રાખેછે. જે લોકોને દરરોજ આંગ ઉપરના કપડાં બદલવાને બની આવેછે તેઓને દર રોજ પોતાનું આંગ સાફ કીધા વગર ઘોતાં કપડાં પહેરવા ગમતાં નથી. જે લોકો દર આંતરે દીવસે કપડાં બદલેછે; તેઓ દર આંતરે દાહાડે નાહેછે અને એ પરમાણે જેમ લોકોની જોગવાઈ તેમ કપડાં બદલવા સાથે આંગ ઘોયેછે. ગરીબ લોકો એક નવું કપડું પહેરેછે, તે ફાટેછે તાંહાંસુધી બદન ઉપર રાખેછે; એવા લોકોને મદન સાફ કરવાનું ઘેયાનમાં પણ આવતું નથી. જે લોકો દરરોજ નાહાતા નથી, તેઓ પોતાના હાથ, પગ અને મોહોડું દરરોજ ઘોયેછે અને એટલાંમાંજ સમજેછે કે તેઓ પોતાનું આંગ સાફ રાખેછે. ડાકટર હુફલાંનડ કેહ્છે કે “ગમે તેવો અનધડ હોયેછે તે પણ

નાહાવાની મતલબ અને જરૂર.

નાહાવાની મુલ મતલબ ચામડીને સાફ કરવાની છે. દરેક જણને ખબર છે કે ચામડી માહેથી હુમેશાં બાફ અને પાણીના આકારમાં પસીનો બાહર નીકલે છે. બાફ આપણી નજરે માલમ પડતો નથી, પણ પસીનો પાણીના આકારમાં ચામડી ઉપર માલમ પડે છે. હરેક રીતે ચામડી હુમેશાં ભીનાયેલી રહે છે. પસીનો નીકલવાની મતલબ ઘણી છે; પણ તે માહેલી એક મતલબ બદલ માહેથી ગલીચ ચીજ કાઢાડી નાખવાની છે. એટલા માટે જરૂર છે કે એ પસીનો બદલ ઉપર રહેવા દેવો નહીં જોઈયે; કાંયેકે જો રહેવા દીધો હોયે તો તે ગલીચ ચીજો પાછી ચામડીમાં પેવસ થાયે છે. પસીનાને બદલ ઉપરથી નુછી નાખીયાથી એ મતલબ પુરી પડતી નથી; એટલા માટે જરૂર છે કે તેને પાણીવતી ઘોઈ નાખવો જોઈયે.

બદલની ચામડી ઉપરથી હુમેશાં બારીક ખોલ નીકલે છે; એ ખોલ પસીનાને લીધે ચામડીને વલગી રહે છે અને તેથી ચામડીના બારીક સુરાખો બંધ કરી નાખે છે. એ ખોલ કાઢાડી નાખવાની જરૂર છે અને એ મતલબ આંગ ઘોયાથી પુરી પડે છે.

હવામાં ધુલ પુશકલ ઉડે છે અને તે દર પલે આંગ ઉપર પડે છે. પસીનાનાં ભીનાં આંગ ઉપર એ ધુલ વલગી રહે છે અને તેને આપણે મેલ કરીને કહીયે છે. એ મેલ ચામડીના સુરાખોને બંધ કરી નાખે છે તેથી તેને આંગ ઘોઈને દુર કરવાની જરૂર છે.

જરે ચામડીની ઉપર એ પરમાણુ રાત દાહાડો ગલીચી થાયે છે, તારે તેને દરરોજ અને જરૂર પડે તો દાહાડામાં બે વખત પણ પાણીવતી ઘોઈ નાખવી જોઈયે. જે લોકો દર રોજ આંગ ઘોતા નથી, તેઓની ચામડીમાં મેલ અને ગલીચી એકઠી થાયે છે અને તેથી તરેહવાર ચામડીનાં દરદો પેદા થાયે છે; એટલું જ નહીં, પણ તે ઉપરથી બીજાં તરેહવાર અંદરના ભાગોનાં દરદો લાગુ પડે છે. જે શખસ પોતાનું આંગ બરાબર ઘોતો નથી તે કદી પણ તને તથા મને સુખી રહેતો નથી.

બદલ ઘોયાથી ચામડી સાફ રહે છે, એટલું જ નહીં પણ બીજા ત

રેહવાર ફાયેદા માલમ પડેછે. આખા દીવસની થાક પછી જો સેહેન ગરમ પાણીએ આંગ સાફ કીધું હોયેછે તો તરત થાક ઉતરી જાયેછે, કુવત પાછું આવેછે અને જીવ ખુશ થાયેછે. વલી દરરોજ આંગ સાફ કીધાથી બદનને કુવત મલેછે. જે લોકો આંગ સાફ કરતા નથી તેઓ કુબલા રહેછે. બદન સાફ કીધાથી તરેહવાર દરદો થતાં અટકેછે. જે શખસની આમડી નરમ અને સાફ રહેછે તેની ઉપર દરદ ગલબો કરી શકતું નથી. સુકી આમડી દરદની નીશાણીછે અને એવી આમડીને પાંજીથી ઘોઈને પાછી નરમ કીધાથી દરદો થતાં અટકેછે; એ ટકુંજ નહીં પણ દરદ થયેલાં જલદીથી સારાં થાયેછે. બદનને દરરોજ ધોવાથી કેટલાંએક ઉડતાં દરદો લાગુ પડી શકતાં નથી; અને જો લોકો આમડીને સાફ રાખવાની સંભાલ લેતો કેટલીએક જાતના ઉડતા મરજો ફુનીયાં માટેથી તદન દફે થઈ જાયે. બદન સાફ રાખીયાથી બીજો મોટો ફાયેદો એછે જે તેથી ઉંઘ મીડી અને ખુશ આવેછે; અને મીજાજ ખુશ રહેછે. દરદી મન ઉપર જેવો ફાયેદો આંગ ધોયાથી થાયેછે તેવો દારૂ પીધાથી પણ થતો નથી.

જારે આંગ ધોવાના એટલા બધા ફાયદાછે તારે જરૂરછે કે દરેક જણે તેનો લાભ લેવો જોઈયે, પણ લોકો જેટલું જોઈયે તેટલું એ ઉપર ઘેયાન આપતા હોયે એવું લાગતું નથી. ઘણા જણ આલસાઈને લીધે અને ઘણા જણ વખત અથવા જોગવાઈ નહીં હોવાથી પોતાનું આંગ સાફ રાખતા નથી; પણ સહી ઘણા લોકો આંગ સાફ રાખવાના ફાયદાથી તદન અજાણા હોયેછે અને તેથી એ બાબદમાં બેદરકારપણું રાખેછે. જે લોકોને દરરોજ આંગ ઉપરના કપડાં બદલવાને બની આવેછે તેઓને દર રોજ પોતાનું આંગ સાફ કીધા વગર ધોતાં કપડાં પેહેરવા ગમતાં નથી. જે લોકો દર આંતરે દીવસે કપડાં બદલેછે તેઓ દર આંતરે દાહાડે નાહેછે અને એ પરમાણે જમ લોકોની જોગવાઈ તેમ કપડાં બદલવા સાથે આંગ ધોયેછે. ગરીબ લોકો એક નવું કપડું પેહેરેછે, તે ફાટેછે તાંહાંસુધી બદન ઉપર રાખેછે; એવા લોકોને બદન સાફ કરવાનું ઘેયાનમાં પણ આવતું નથી. જે લોકો દરરોજ નાહાતા નથી, તેઓ પોતાના હાથ, પગ અને મોહોડું દરરોજ ધોયેછે અને એટલાંમાંજ સમજેછે કે તેઓ પોતાનું આંગ સાફ રાખેછે. ડાકટર હુફલાંનડ કેહ્છે કે “ગમે તેવો અનધડ હોયેછે તે પણ

સમજે છે કે ઘોડા અને બીજાં જાનવરોના સુખને માટે તેની સામડીને સાફ રાખવાની અતીશય જરૂર છે. વારંઘડીએ ઘોડાવાલો ઘોડાની આકરી કરવામાં પોતાની ઉંઘ તેમ લુખને એક કોરે મુકે છે. જો ઘોડો નબલો થાય છે તો પેહલો વીચાર એ કરે છે કે તેની આકરીમાં કાંઈ ભૂખાંથી થતી હશે. પણ એવો વીચાર ઘોડાવાલાને પોતાના બાલકને માટે કદી પણ આવતો નથી; જો તેનું બાલક નબલું અને આજારી પડે છે તો સમજે છે કે તેના બચાંને કોઈએ કરી મુકીયું છે, પણ તે કદી પણ તેની સામડી સાફ રાખવાનો વીસાર કરશે જ નહીં. જારે જાનવરોને માટે આપણા લોકોને એટલું જ્ઞાન છે તારે શા માટે માણસોને માટે નહીં હોયે ? ” એટલા દુક વાકીય ઉપરથી દરેક જણને એતવું જોઈયે કે જારે સામડી સાફ રાખીયાથી જાનવરો વટીક પણ આસુદે રહે છે, તારે માણસને સામડી સાફ રાખવાની કેટલી અગત છે.

અસલના વખતથી આંગ સાફ રાખવાના ફાયદા લોકો બરાબર સમજતા હતા અને અનઘડ લોકોને તેની ફરજ પાડવાને માટે તેના ધરમ સાથે જોડી નાખીયું હતું. હીંક લોકો કદી પણ આંગ ઘોયા વગર પોતાનું ખાણું ખાતા નથી અને પારસી લોકો આંગ સાફ રાખવું એક ધરમની ફરજ સમજે છે.

અસલના વખતમાં લોકો દરીયામાં અથવા નદી નાલાઓમાં પોતાનું આંગ ધોતા હતા એ પછી આસતે આસતે ધરમાં પાણી લાવી ને નાહાવા લાગા. હાલ નાહાવાની તરેહવાર રીત વાપડવામાં આવી છે. કેટલાંએક દેશોમાં લોકો તબ અથવા વાસનમાં થંડું અથવા ગરમ પાણી નાખી, તેમાં પડીને આંગ સાફ કરે છે; કેટલાંએક લોકો ગરમ અથવા થંડું પાણી માત્રે આંગ ઉપર રેડે છે; કેટલાંએક દેશોમાં જાહેર હામખાના બાંધવામાં આવે છે અને તાંહાં આંગને સાફ કરવા સીવાએ બીજી ઘણી રીતે બદતને તરબીયત કરવામાં આવે છે.

તલી—બલોર અથવા તપતલી.



જેમ કલેજી પેટની જમની બાજુ ઉપર તેમજ તલી પેટની દાબી બાજુ ઉપર પાંસરીઓથી ઢંકાયેલું આવેલું છે; એ એકની વચ્ચે હોજરી આવી છે.

તલી હોજરીની દાબી બાજુ ઉપર વલગેલી રહે છે. તલી ઘણી નરમ હોય છે; તેનો આકાર ચારકતરો છે; તે પાંચ ઈંચ લાંબી, ૩ ઈંચ ઓડાલી અને એકથી તે દોહોડ ઈંચ જડી છે. તેનો રંગ ભોરા જાંબુના રંગ જેવો છે અને વજનમાં ૫ થી તે ૭ ઓનસ લગી થાય છે. તલી આપણા બદનમાં શું કાંમ કરે છે અને શું ઉપયોગની છે તે હજુર સુધી જણાયેલું નથી. ઘણી ખરી એવી ચૂટકલ કરવામાં આવે છે કે તે લોહીમાં ફેરફાર કરે છે.

આપણા લોકોમાં તલી વીશે કાંઈ પણ વીચાર હોય છે તે તપતલી નામના દરદથી હોય છે. પાલ અથવા પાલવાડું નામનું સુરત ઝીલામાં એક ગાંમડું આવેલું છે; તાંહાંના ઘણા ખરા રહેવાસીઓનાં પેટ મોટાં થાય છે અને લોકોનો પકો વીચાર છે કે તાંહાંનું ખરાબ પાંણી પીધાથી એમ બને છે. એ મોટા પેટવાલાંઓને આપણે પાલીયા કરીને કહીએ છ અને જે સુસત થઈને પડી રહે અથવા જેનું પેટ મોટું થાય છે તેને એ બોલ આપણે લાગુ પાડીએ છ. પાલીયાનું પેટ જે મોટું થાય છે તે દરદને લીધે હોય છે; તાંહાંની હવા તથા પીવાનું પાંણી એવું ખરાબ હોય છે કે લોકોને ઘડી ઘડીસે તાપ આવીયા કરે છે; અને જે લોકોને એ રીતે તાપ આવે છે તેની તલી મોટી થાય છે. તલી મોટી થાય છે તેનો કાંઈ સુખાર નથી. ઘણી વેલા પાંસરાની હેઠે દાબી બાજુ ઉપર એક નાહાનો ગાંઠ માલમ પડે છે. કોઈ વેલા તલી એટલી તો મોટી થઈ જાય છે કે તેથી આખું પેટ ભરાઈ જાય છે અને આખું પેટ કઠણ લાકડાં જેવું લાગે છે. પાલીયાનું પેટ જે મોટું થાય છે તે એ તપતલીને લીધે હોય છે. પાલ ગામડાંમાં જ એ મરજ થાય છે એવું નથી; હરેક જગામાં જાંહાં જંગલ ઘણું હોય અને બારેમાસ જમીન ભીની રહે, તાંહાંના લોકો કદી પણ તને સુખી રહેતાં નથી; તેઓને વારંઘડીએ તાપ આવે છે અને તેથી આસતે આસતે તલી મોટી થવા માંડે છે.

ઘણા લોકોના વાંચવામાં આવીયું હશે કે પેટ ઉપર લાત મારીયાથી માણસો થોડાવારમાં મરણ પામીયા છે. એવી રીતે બનેલા ખુનના બનાવો આપણી વડી અદાલતમાં ચુકાદાને માટે આવે છે. ડાકટરોની સાક્ષી ઉપરથી માલમ પડે છે કે મરતારને બલોર અથવા તપતલી થઈ હતી અને તે ઉપર લાત વાગાથી તે ફાટીને લોહી નીકળી તરત મરણ નીપજ્યું હતું.

આપણા દેશીઓમાં એ તપતલીનો મરજ ઘણો સાધારણ હોય છે અને એ ઉપરથી કોઈને પણ પેટ ઉપર સેહેજ પણ મુકી અથવા લાત મારવાની સંભાલ રાખવી જરૂર છે, નહીંતો ખુનનો દાવો આવીયા વગર રહેશેજ નહીં.

એક તનદરોસત બચાનું ચીતર.

એક ફરખે છોકરું જોઈને એક જણ કેહે છે કે આ કેવું તનદરોસત બચું છે. બીજો જણ એક બચાંને ઘણું ખાતાં જોઈને કેહે છે કે આ બચું તનદરોસત કાંયે નહીં હોય. તરીજો એક બચાંને જલદીથી ચાલવા સીખતાં જોઈને કેહે છે કે, એ બચું એટલું તો તનદરોસત છે કે તે એટલું જલદીથી ચાલવા સીખે છે. આ બચું કદી આજારી માલમ પડતું નથી તથા આ બચાંના દાંત એટલા જલદીથી કુટા છે તથા તે તનદરોસત હોવું જોઈએ. જીવો તે કેવું ચંચલ છે ! એવા એવા વીચારો લોકોમાં તનદરોસત બચાં વીશે હોય છે; પણ એ વીચાર ઘણી વેલા ચુક ભરેલા હોય છે અને એવાં બચાં કદી પણ ખરેખર તનદરોસત કેહેવાયે નહીં.

તનદરોસત બચાંનું તન જોરાવર અને સીધું હોય છે; બદન દોલદા ર અને એકસરખું દેખાય છે. માસ મનબુત અને ચાંમડીનો રંગ ગોલાખી અને તાજો માલમ પડે છે. બદન ઉપર નહીં ઘણી ચરખી હોતી કે નહીં તે કરકતી જેવું હોતું. ચામડી નરમ અને સુમારી લાગે છે અને એહેરો ખુશ અને ચાલાક માલમ પડે છે. તેનાં બદનના ભાગો એકસરખી રીતે ઉધરે છે; એક ભાગ બીજા કરતાં જલદીથી વધી જતો નથી. દાંત બરાબર વખતસરજ દેખાય છે અને ચાલવા પણ વખતસરજ સીખે છે. તે એકદમ ચંચલ પણ નહીં હોતું, તથા તેનો જીવાનીનો વખત પણ જલદીથી આવનો નથી, પણ બદનના ઉધરવા સાથે તેનું મન પણ ખીલે છે.

એક બચાંને વધારે ચંચલ જોઈને અથવા નાહાનપણમાં તેને જીવાન થયેલો જોઈને કદી પણ મઘન થવું નહીં, કાંયકે તે કુદરતી હાલત નથી અને જે કુદરતી હાલત નહીં હોયે તે તનદરોસત પણ નહીં કેહેવાયે.

આપણા લોકોમાં એક ખરેખર તનદરોસત બચું કદાચજ નેવા
માં આવેછે; અને એ ખાંખી મા બાપની લુલ અને અંજાણપણને
લીધેછે. ને મા બાપ ખરેખર ચાહે કે તેઓનું બચું મોટું થતાં તે
ઓને આશીરવાદ દે, કે “મારા મા બાપની સંભાલ અને પેયારને
લીધે હું આજે તનદરોસતી ભોગવું છું અને તેથી હું તેઓના હુમેશ
ના આભારી છું;” તો તેઓએ બચાંની સંભાલ કેવી રીતે રાખવી તે
બરાબર સમજવું જોઈયે.

પરચુટણ.

બુઢાઓને માટે તનદરોસતીને લગતી બાબદો—તન અને મનની
આલસાઈને તમારી ઉપર ગલબો કરવા દેતા ના.

કીટાયાના કરતાં ઘસાવામાં કાએદોછે.

મકારે ઉઠવું; અને જેમ અને તેમ અવારે સુવું નહી.

મીજલસમાં જુકવું નહી; દીવસમાં ઘડી ઘડી કોચ ઉપર અરેતાયા કર
વું નહી.

ચાલવાનું કદી પણ મુકી દેવું નહી. પગને ચાલુ કસરત આપીયાથી ભુ
ખ અને જીંદગીમાં વધારે થાયેછે.

વાંચવાનું જારી રાખવું અને અને તેમ તરેહવાર બાબદોની ચોપડીઓ
વાંચવી.

મન ઉપર શુરજના ખુશ કીરણ દાખલ કરવાં.

પેદાસ, પછી થોડી અથવા વધતી, તે પરમાણે રેહેવાની તજવીજ કરવી.

કાંઈ પણ સેખમ્બલી આશા અથવા ખીહીકને ઉતેજણ આપવું નહી.

આશા જે જીંદગીના પાદશાહી મલમછે તેને છોડી દેવી નહી.

હરેક કામ જે તન અથવા મનથી થઈ શકે નહી તેવું કદી પણ માથે લેવું
નહી.

રસતાઓની ભીરમાં આંચકાઉચકીમાં જવું નહી; અને ગમે તેવી નવા
ઈ હોયે પણ મોટી ભીરમાં જવાથી પહરેજ રેહેવું.

ખરેખરીયા થવાની સરત રમવી નહી અથવા કોઈના રસતામાં પડવું નહી.

હમેશાં મીજજ સંભાલવો; અધીરાઈની લગામ આપી દેવી નહી.

દરેક મુસીબતની વખતે ગમંગીની અથવા ચીરડાઉ સવંભાવની સામણે લગામ ખેંચી પકડવી. ગુસોછે તે એક ટુક ઘેલાપણુંછે.

જેમ બને તેમ સુધરો વખત રોકાયેલા રહેવું; નહીતો આલસાઇ જે બંધીનું મુલછે તે આવી પડશે. હમેશાં કાંઈ પણ કરતા રહેવું અને કાંઈ પણ ચીજ ઘેઆન લગાડે એવી હાજર હોવી જોઈયે. વખતથી જીંદગી બનીછે, એટલા માટે તેને ભરેલો રાખવો અને તેને ભરવાને માટે પુશકલ ચીજો હાજર રાખવી.

ખાવા પીવાની મોજમજાહમાં ધણું પડવું નહી, તેમ વહી જરૂર કરતાં અપવાસ કરવો નહી. ડાકટર જાહનસન કહી ગયોછે કે, નજલો (ગાઉ), સંધીવાયું અને જલંધર રક્ષાખીઓ ઉપર ભરેછે.

ભરપેટે કદી પણ સુવું નહી. કસરત, હલકું ખાણું, અને સારું હાથિયું, સારી રાત વીસામો આપનારછે.

ઘણી આંહો પીવી નહી, કાંચેકે તેથી જીવ ધુજરો થાયછે.

સમજથી હાલતો વખત સુખમાં ગુજરવો, ગુજરેલા વખત ઉપર વીચાર લેઈ જઈને અથવા બીજી વખતને વીચે નકામી ધાસતી અને વીચાર રાખીને દુખી નહી થવું.

દરેક જાહેર ચાકરી અને દરેક મહેનતનું કામ છોડી દેવાનો પકો ડેરા વ કરવો. પોતાના વખતનો અને જીવનો પોતે ઘણી રહેવામાં સંતોષ રાખવો. કોઈની ચાકરી કરીને અથવા ધંધારોજગારમાં જ ગલામાં ટોક નાખીને જીવવું અને તેમાં જ મરવું સજાવાર નથી.

એક દાહાડો પણ આ તરણુ સુભ ડાકટરોને નજરથી ખીસાડવા નહી; ખુશ સવભાવ, સંતોષ, અને અંદાજો.

સુખ અને લાંબી જીંદગી મેલવવાને હમેશાં આ તરણુ કેહેવત યાદ રાખવી અને ખીજને ભલામણ કરવી. “ પોતાની સાથે, ખાચેડી સાથે, અથવા દોસતદાર સાથે કદી પણ કુજીયો કરવો નહી.”

તંનદરેસતી.

ફેબ્રુઆરી ૧૯૩૯.

મુંબઈ શેહેરના રસતા.

મુંબઈ શેહેરના રસતાઓની ગોઠવણ, જે વખતે એ શેહેર પોરટુગીઝ લોકોના તાબામાં હતું, તે વખતની છે. એ વખતે કોલી અને માછો લોકોનો મોટો ભાગ વસતો હતો, ગાડી થોડા કોઈ જાણતું હતું નહીં; અને આજ દીને જેમ બીજાં ગાંધડાંમાં ભાગી ગયેલા અને ગઢેરના રસતા જોવામાં આવે છે તેવી જ આંહીની હાલત હતી. તે વખતના રસતા ઘણા જ સાંકડા ચારકટરા અને ગલીચ હતા. આજ ૩૦—૪૦ વરસની વાત ઉપર પણ રસતાઓની હાલત ઘણી ખરી તેવી જ હતી. દરેક બુઢાં માણસને ખબર હશે કે તે વખતે વરસાદના દીવસો ઉપર ખેતવાડીના રસતામાં ગુઠાણલગી કીચલ રહેતો હતો. રસતાઓ કાંઈ બાંધેલા હતા નહીં; ધુલનો કાંઈ પાર જ હતો નહીં; અને ગલીચી એટલી તો હતી કે નાકે હાથ દીધા વગર એક ગલી પસાર થવી મુશ્કેલ હતી. આજ પંદર વરસની વાત ઉપર પણ રસતાની હાલત આગલ કરતાં વધારે સુધરેલી નહીં હતી. માતરે મોટા રસતાઓ ઉપર પાણી સીપવામાં આવતું હતું; અને તેમાં પણ ઘણી ખાંપણો હતી. રસતાની બાજુએ ઉઘાડી ગંધાતી ગંટરો જોવામાં આવતી હતી. રસતામાં દરેક ઘરને બારણે પુશકલ કચરો અને ગંધાતી વસતુ પડેલી જોવામાં આવતી હતી. દરેક રસતાની બાજુએ મુતરના રેલા જોવામાં આવતા હતા અને દરેક મો બાપ પોતાના બચાંને રસતામાં જાહાડો કરવા છોડી દેતાં હતાં અને તેથી રાહદારીઓના જોડા અને પગ કોઈ કદાચ જ ગલીચોથી સલામત જતા હતા. આજ થોડાં વરસ થયાં રસતાઓની હાલત સુધરી ગઈ છે, તોય પણ કેટલાએક એવા રસતા જોવામાં આવે છે, કે તે ખરેખર હાલના મુંબઈ શેહેરને ખજાલત પોંહ્યાં પડે છે.

રસતાઓની ગોઠવણ ઉપર લોકોની તનદરોસતી ઘણો આધાર રાખે છે. ગમે તેવું સારી ગોઠવણનું ઘર બાંધીયું હોયે પણ જો તે ખરાબ રસતા ઉપર આવીયું હોયેતો તે તદ્દન નકામું છે. રસતા પણ જો જો ઘરનો એક ભાગ ગણાયે છે અને દરેક રહેવાસીએ પોતાના ઘરની તેમજ પોતાના રસતાની સંભાલ લેવી જરૂર છે, નહીંતો જેમ ગલીચ ઘરોથી દરદો લાગુ પડે છે તેમ ગલીચ રસતાઓથી તેને હાની પોહાચી યા વગર રહેશે નહીં.

વેપારની સગવડને માટે અને તનદરોસતી હાંસલ કરવા ને માટે રસતાઓ જેમ બને તેમ સીધા હોવા જોઈયે; સીધા રસતાઓ ટુક હોયે છે, એટલા માટે વેપાર વનજને માટે સેહેલ પડે છે. આરકટરા રસતા હમેશાં લાંબા હોયે છે. સીધા રસતાઓમાં હવાનો આવજાવ ખોલો હોયે છે. આરકટરા રસતાઓમાં હવા ખોલી રીતે પસાર થઈ શકતી નથી અને તેથી રસતાઓની ગંધીલી હવા દુર થઈ શકતી નથી. મુંબઈના રસતા ઘણાજ આરકટરા જોવામાં આવે છે. એવો એક પણ રસતો નથી કે જેને આપણે ખરેખર સીધો કહીયે. એ આરકટરા રસતાઓ અસલના રહી ગયેલા છે; તે વખતે લોકો રસતા આરકટરા ખામખા બતાવતા હતા કે જેથી દુશ્મનોથી નાહાસી જવાને સેહેલથી બની આવે. હાલ જે નવા રસતાઓ બનાવવામાં આવે છે, જેમકે મેદાનના, તે બરાબર સીધા જોવામાં આવે છે. હાલ કેટલાએક રસતાઓમાં ચાલુ ગંઢીલો વાસ આવીયા કરે છે અને તેનું કારણ તાંહાંની હવા ઘેરાયેલી રહે છે અને તેને ઘસડી લેઈ જવાને માટે ચોખી હવાને પસાર રસતો મલતો નથી. આરકટરા રસતાઓની બાજુ ઉપર ઘર પણ આરકટરા બાંધવામાં આવે છે અને તેથી ઘરોમાં પણ ચોખી હવાને પસાર થવાને મુશ્કેલી પડે છે.

વલી રસતાઓ જેમ બને તેમ પોહોલા હોવા જોઈયે. પોહોલા રસતાઓથી વેપારમાં સગવડ પડે છે એટલુંજ નહીં પણ આસપાસના ઘરોને વધારે ચોખી હવાનો લાભ મલે છે. સાંકડા રસતાઓની બાજુએ હંઆં ઘરો બાંધીયાથી હવા તથા રોશની બેઠ અટકી પડે છે. મુંબઈ શેઢેરમાં માતરે તરણુ ઘેરી રસતા છે. એક ચીનચબંદરથી આવતો દુંગરીનો રસતો છે પણ તે રસતો એટલોતો સાંકડો છે અને તાંહાં વેપાર વનજનો એટલોતો આવજાવ થાયે છે કે તે રસતા ઉપર હમેશાં

- મોઢી ભીડ થાયછે; અને તે એટલોતો ગલીચ રેહેછે, કે ધુલ અને કા દવનો કાંઈ પારજ રેહેતો નથી. બીજી ધોરી રસતો ભીંડી બજારનોછે તે ૬૬ ફીટ પોહોલોછે; સઠથી પોહોલો રસતો એછે. રાહાદારીઓને માટે રસતાની બેઠ બાજુએ ૬ થી તે ૧૦ ફીટ પોહોલી પકતીઓ બાંધીછે. એ રસતો ઘણાખરો સીધોછે. એ પછી થોડો ભાગ આરકટ રો અને સાંકડો મુંબઆદેવીનો રસતોછે; અને તે પછી પાછો આરકટરો પણ જરા સેહેજ પોહોલો કાલબાદેવીનો રસતોછે. તરીજી ધોરી રસતો ચોપાતી તરફથી ગીરગામ થઈને ધોલીતલાવ લગી આવેછે જ “બરીચ કાંનડી રોડ” ને નામે ઓલખાયેછે; તે ઘણોજ આરકટરો અને સાંકડોછે. એ બેઠ છેલા રસતાએ ઉપર પુશકલ વેપારની જનસો તથા ગાડી ઘોડાઓનો આવજાવ થાયેછે, પણ એ બેઠ એ કામને માટે તદ્દન નકામાછે. કાલબાદેવીનો રસતો વધારે પોહોલો થઈ શકે એવો નથી, પણ “બરીચ કાંનડી રોડ” ઘણે દરજ પોહોલો થઈ શકે એવો છે અને તેને પોહોલો કરવાને વોલમ લગાડવો નહી જોઈયે. કોટ માહેના રસતા ઘણાજ સાંકડા અને આરકટરાછે; એવા સાંકડા રસતા મુંબઈમાં કેથે પણ મલી નહી આવશે. કેટલીએક ગલીઓ માતરે છ ફીટથી વધારે પોહોલી નજરે આવતી નથી. દેવલનો રસતો કે જાં હાં ગાડી ઘોડાનો આવજાવ ઘણોછે તે ઘણોજ સાંકડોછે અને એવો રસતો જોઈને હર કોઈને પણ લાગીયા વગર રેહે નહી કે એવા એક વેપારી શેઢેરમાં સઠથી પરખીયાત રસતો માતરે એક ગલીની મીસાલે ગણાયેછે. બીજી કોટનો જાણુવા લાયક રસતો “બજારગેટ સ્ટરીટ” ને નામે ઓલખાયેછે. અહીં જમ ગાડી ઘોડાનો માર તેમ વેપારી વસતુઓનો આવજાવ પુશકલ થાયેછે અને જોકે તે દેવલના રસતા કરતાં જરા વધારે પોહોલોછે, તોયપણ તે એટલો સાંકડો પડેછે કે એ રસતા ઉપરથી પસાર થવું હુમેશાં સલામત ગણાતું નથી. કોટની સઠથી સાંકડી ગલીઓએ અને તોયપણ તાંહાં સઠથી ઉંચા ઘરો જોવામાં આવેછે. જે રોશની તથા હવાનો પુરતો લાભ લેવો હોયેતો એવા ઘરમાં નહી રેહેવું કે જાંહાંની ગલીની પોહોલાઈ ઘરની ઉંચાઈ કરતાં ઓછી હોયે; ઘરની ઉંચાઈ હુમેશાં રસતાની પોહોલાઈથી $\frac{2}{3}$ થી વધારે હોવી નહી જોઈયે, એટલે ૬૦ ફીટ પોહોલાઈના રસતા ઉપર માતરે ૪૦ ફીટ ઉંચાઈના ઘર આવવાં જોઈયે. કોટની છ ફીટ પોહોલી

ગલીમાં વારંધડીએ ૬૦ ફીટ ઉંચાઈના ઘર બોવામાં આવેછે; અને એટલા માટે કોટના ઘણાં ખરાં ઘરો દીવસના વખતમાં પણ અંધારાં રહેછે; કેટલાંએક ઘરોમાં સારો દીવશ રાત બતી બાલવી પડેછે. એવી સાંકડી ગલીવાલાં ઘરમાં રોશનીતો રહી પણ હવા આવવી મુશ્કેલ પડેછે અને ઘણી વેલા ધીકારને રીતે બોલવામાં આવેછે, કે “ જરે શેઠેરમાં વા વળેડું અને તોફાણ થાયેછે તારે ફલાણાના ઘરનો દીવો જરા હીલેછે. ” એ બોલવું ઘણે રીતે ખરૂંછે; અને ખરેખર માણસજાત જે અકલમંદ ગણાયછે તે એવાં ઘરમાં રહીને હેવાન કરતાં પણ થોડી અકલ ધરાવેછે. ખરૂંછે કે ગરીબ લોકોને બીજાં સગવડના ઘરો મલી નથી આવતાં, તેથી એવાં ઉપરજ તેઓને શુકર કરવો પડેછે; પણ જો તેઓ જરા વધારે મહેનત લે, અંધારાં ઘરમાં રહેવાને ના પાડે, ઉજાસ તથા હવાના ઘરમાં વધારે લાડું આપીને રહે, અને તે સાથે કોઈ દયાલુ માતબર પુરુશ તેઓને માટે સગવડના સસતે લાડે ઘરો બાંધી આપેતો ખરેખર આજ જે ઘર ધણીઓ અંધારા ઘરોનાં મોટાં લાડાં માગેછે તેઓની મુખ ઠેકાણે આવે અને પોતાના ઘરો સુધારવાની વેત રણમાં પડે સાંકડી ગલીઓ પોહોલી કરવાને હાલ શું ઉપાયે કરવા તે સમજ પડતી નથી; સરકાર જે ધણી ઘર ફરીથી બાંધેછે તેઓ પાસે રસતા ઉપર તરણ ફીટની જગા રખાવીને ઘર બાંધવા દેછે. તોય પણ હાલ થોભીતલાવની એક ગલી જે વાણીયા વાડીને નામે ચોલ આવેછે, તાંહાંનો રસતો સાંકડો હોવા છતાં એક એહુલી ઉપરના ઘરના બે તરણ ગાલાઓ જે અસલ બીજાં ઘરોની હારથી અંદર હતાં તે નવદીક ૧૨ ફીટ બાહર લાવવામાં આવેછે. જે ઘરો રસતામાં બાહર નીકળી આવીયાં હોયે, તેઓને ટુંકા કરવાને બદલે એક સાંકડી ગલીમાં ઉલટાં જે અંદર હોયે તે બાહર લાવવામાં આવે એ ઘણું જ નુકસાનકારક છે. કોઈ વખત એવો પણ આવે કે જરે એ રસતો વધારે પોહોલો કરવાની જરૂર પડે અને હાલની બેસમજને લીધે તે વખતે તેમ કરવાને વધારે અગવડ પડે તેમાં કાંઈ શક નથી.

રસતાઓની દીશા ઉપર કેટલીએક રીતે લોકોની તનદરોસતી આધાર રાખેછે. વરસનો ઘણોખરો ભાગ જે તરફથી પવન ફુકતો હોયે તે દીશાએ રસતાઓનું મોહોડું આવવું જોઈયે, કે જ્યાં પવનને એ

ક નાકેથી તે બીજી નાકે લગી ખોલી રીતે પસાર થવાને બની આવે, અને કાંઈ પણ ગંધીલી હોયે તે દુર કરે. મુંબઈ શેહેરની લંબાઈ ૬ અશીણથી તે ઉતર તરફ અને તેથી તેના મોઢાંટા રસતાઓની દીશા પણ ૬અશીણ અને ઉતર તરફ આવી છે. મુંબઈ શેહેરની આ બોહવાનું બેયાન કરતાં જણાવીયું હતું કે વરસમાં સરાસરી ૧૫૮ દાહાડા પસચીમ અને વાયવીય દીશા તરફથી, ૯૮ દીવસ ૬અશીણ અને નઈરૂતકોણ તરફથી, ૭૧ દીવસ ઉતર અને ઇશાન દીશા તરફથી અને ૩૮ દીવસ પુરવ અને અગનીકોણ તરફથી પવન ફુકે છે. એ ઉપરથી ખાલમ પડે છે કે સઉથી વધારે દાહાડા પસચીમ અને વાયવીય દીશા તરફથી પવન ફુકે છે, પણ મુંબઈ શેહેરમાં એવો એક ઘોરી રસતો નથી કે જે પસચીમ તરફની હવા સરાસરાત મુંબઈની એક છેડેથી તે બીજી છેડે લગી પસાર કરી શકે. એ દીશા તરફનાં સઘલા રસતા ઘણાજ સાંકડા આરકટરા છે, અને થોડાજ રસતા થોડું એક લગી સલગ હોય છે. હજુર લગી મુંબઈમાં એક બે રસતા એવા છે કે તેઓના બીજી છેડો તદ્દન બંધ થયેલા હોય છે. એવી એક ગલી વાંકા મોઢાલાને નામે ઓલખાય છે અને તે ખરેખર મુંબઈ જવા શેહેરને શરમ પોંડેલા છે.

રસતાની હાલત ઉપર પણ લોકોની તનદરોસતી ઘણો આધાર રાખે છે. રસતા ઉપરની ધુલ, કીચલ, પાણીના ખખેચીયા, કચરો, ઉંઘાડી ગટર, ઇતીયાદી લોકોની તનદરોસતી ઉપર અસર કરે છે. ધુલ ઉડીયાથી લોકોને ઘણો કંટાલો આવે છે, ઘરખાર, કપડાં અને બદન સઘલું ધુલથી બરાઈ જાય છે. મુંબઈ શેહેરના ઘોરી રસતા ઉપર રેહેનારને એ ધુલનો સવાદ બરાબર મલે છે. હજુરતો એક ખુરસી અથવા તેબલ સાફ નથી કીધી એટલાંમાં પાછી તે ઉપર ધુલ થયેલી જ છે. ચોરડાના સામાણની હાલત પણ એવી જ થાય છે. પણ ધુલ હવામાં ઉડીયાથી એ સઘલાં કરતાં વધારે અવગુણ માણસના દમમાં જપાથી ફરે છે. છાટીના દરદોનું ઘણી વખતે મુખીય કારણ ધુલ સીવાયે બીજું કાંઈ હોતું નહી. શેહેરનો ધુલમાં વલી કેટલાં એક દરદોના બીજ રહે છે અને જે તેને ઉડવાથી અટકાવી નહી હોયેતો કેટલાં એક દરદો લાગુ પડીયા વગર રહેતાં નથી; તેમાં ખચીત કરીને કોલારા મરનું બીજ ધુલમાં રહે છે અને એટલા માટે ઘણી જગ્યાએ કે ધુલને

હુમેશાં બેસાડેલી રાખે. એ ધુલ હવામાં ઉડતાં અટકાવવાને માટે રસતાઓ ઉપર પાણી સીપવાની જરૂર પડે છે. મુંબઈ શેઠેરના ઘેરી રસતાઓ ઉપર અને જાંઠાં બડેલોક ફરેહરે છે તાંહાં માતરે પાણી સીપવામાં આવે છે. પાણી સીપવાથી ધુલ બેસે છે એટલું જ નહીં પણ હવામાં ફેરફાર થાય છે; જમીનની ગરમી જરા નરમ પડે છે અને થંડો પવન ફુકે છે. જે રસતાઓ ઉપર પાણી સીપવામાં આવતું નથી તાંહાંની હવા ખરી બપોરે ઘણી જ ગરમ ફુકે છે. અને એથી વારંઘડી એ તનદરોસતીમાં બોગાડો થયા વગર રહેતો નથી. પાણી સીપવામાં પણ ઘણી સંભાલ રાખવી જરૂર છે. પાણી એટલું સીપવું કે જેથી ધુલ પાંચ છ કલાક લગી બેસી રહે. સુરજના તાપથી સેહેજ સી પેલું પાણી એક બે કલાકમાં સુકાઈ જાય છે; એટલા માટે પાણી અછી રીતે સીપવું; પણ તે સાથે બીજી એક સંભાલ રાખવાની જરૂર છે. ઘણું પાણી સીપીયાથી રસતામાં કીચલ ઘણું થાય છે, તેથી રાહાદારી એને ઘણી અગવડ પડે છે; એટલા માટે જરૂર છે કે પાણી સીપીયા પછી તરત કાદવ કીચલ ઓખવીને કાહાડી નાખવો. કાદવ ઓખવી નાખવાની બીજી જરૂર એ છે જે જારે રસતો સુકાઈ જાય તારે પાછી ધુલ ઉડે નહીં. કાદવ ઓખવી કાહાડવાની મેહેનત કાંઈ બરબાદ જતી નથી; એ કાદવ ચીકત હોય છે અને તે ગરીબ લોકો પોતાના ઘરોની દીવાલ ઉપર પલાસટર કરે છે; અને જે તે સસતે ભાવે વેચીયો હોય તો તેની વરસ દાહાડે થીક આવક થાય તેમાં કાંઈ શક નથી. કાદવ ઓખવીયાથી એક ઘેરફાયેદો નજરે આવે છે અને તે રસતાઓને બોગાડે છે; જગે જગે ખખેચીયા નજરે પડે છે, તેમાં પાણી એકઠું થઈ રહે છે અને ગાડીઓની કમાનને નુકસાન થાય છે. જે રસતાઓને સંભાલથી એક સરખી રીતે ઓખવીયા હોય તો તેઓ કદી બોગાડે નહીં; પણ હાલ જે હુથીયારોથી કામ કરવામાં આવે છે તે ઘણી રીતે ખાંપણ ભરેલાં છે. તેઓથી એક સરખી રીતે રસતો ઓખવાઈ શકાતો નથી. ગયે વરસથી રસતાનો કચરો તથા ધુલ કાહાડી નાખવાને માટે લોહોડાંના તારનો રોલર વાપડવામાં આવતો હતો પણ કોણ જાણે શા કરણને લીધે હાલ તે વાપડવામાં નથી આવતા; એ રોલરથી એક સરખી રીતે ધુલ વરાઈ જતી હતી અને રસતાને કાંઈ પણ નુકસાન થતું ન હતું. એ રોલર પાણી સીપીયા આગમ

જ વાપડવો જોઈયે. જે રીતે હાલ પાણી સીપવામાં આવેછે તે પણ ઘણી ખાંતી ભરેલીછે. રસતાની બાજુઓ ઉપર પાણી સીપવાને બની આવતું નથી અને વલી કેટલીએક વચ્ચેની જગા ગાડાં બરાબર નહીં ફેરવીયાથી સીપીયા વગરની રહી જાયછે. વલી કોઈ જ ગા ઉપર થોડું અને કોઈ જગા ઉપર પુશકલ પાણી પડેછે. વરસાદની મોસમ ઉપર તરણ મહીના લગી રસતાઓ ઉપર કાંઈ પણ પાણી સીપવામાં આવતું નથી; તેથી જારે વરસાદ પડતો નથી તારે ધુલથી લોકોને ઘણો કંટાલો છુટેછે. હાલ પાણી સીપવાનું કનટરાકટથી કામ ચાલેછે અને એ મોસમ ઉપર તદ્દન બંધ કરવામાં આવેછે; ગાડાં અને બેલની મારફતે પાણી સીપવાનું કામ ચલાવીયાથી એ મોસમમાં ઘણી અડચણ પડેછે; એટલા માટે એ વીશેનો કાંઈ પણ બંદોબસત થવો જોઈયે.

હાલ જે રીતે ઘેરી રસતાઓ બનાવવામાં અને બાંધવામાં આવેછે તેથી કીચલ પુશકલ પેદા થાયેછે તથા ખાડાઓ પડીને પછી તેઓ પાણીના ખબોચીયા બનેછે. એ અડચણને લીધે ઈંગલંડ અને ફ્રાન્સમાં ઘણી મુદ્દતથી મોટા પથરની ફ્રસબંધી કરીને રસતા બનાવવામાં આવેછે. એવા પથરના રસતા ઉપર ધુલ તથા કીચલ ઘણો થતો નથી; તે જલદીથી વરાઈ જાયેછે: અને જે મેહેનત અને ખર્ચ પથરની ખરીઓ પુરીને બનાવેલા રસતાઓ ઉપર થાયેછે, તે એવા મોટા પથરના બનાવેલા રસતાઓ ઉપર થતો નથી. મુંબઈ જેવા વેપારી શેઢેરમાં જાંહાં રાત દીવસ ઘેરી રસતાઓ ઉપર ગાડી ઘોડાઓનો માર ચાલેછે તાંહાં પથરની ફ્રસબંધીના રસતાઓ બનાવવાની ઘણી જરૂરછે. જોકે પેહુલાં તેઓ ઉપર વધારે ખર્ચ થશે તોય પણ છેલ્લે તેઓ વધારે સસતા પડશે તેમાં કાંઈ શક નથી.

રસતાઓ ઉપર કચરો નાંખવાની ચાલ આપણા લોકોમાં ઘણી થ પકા ભરેલીછે. લોકો એટલો વીચાર કરતાં નથી કે જે કચરો બાહર પોતાને આંગણે પડેછે તે પાછો પોતાના ઘરમાં પવનથી ઉડી આવેછે અથવા તેના વાસ ઘરમાં ચાલુ આવીયા કરેછે. એથી પણ વધારે ક પકા લામક ચાલ બારી વાતેથી ઘરના બીજા તરીજ તથા ચોથા માર ઉપરથી કચરો, બચાંનો જાહાડો તથા ગલીચ પાણી રાહાદારીઓની કાંઈ પણ ખાતર રાખીયા વગર ધમધુકાર નાખીયાં જાયેછે. મુંબઈ શેઢેર

ની હરેક ગલીમાં પસાર થવું સલામત નથી. લોકોને વારેઘડીએ છ તરીકેના આસરો લેવો પડેછે; અને જો કદાચ એ વીશે રાહદારીએ બે દરકારી રાખીતો ખચીતથી તે અછો સરપાવ લેઈને જવાનો. એ વીશેની સરકાર તરફથી ચોકસી થવી જરૂર છે. બીજા રસતાએ ઉપર ગલીની કરવાની માઠી તબે માખાપો પોતાના બચાંને જાહાડો ફેરવવા મોકલવાનીછે; તાહાની ગલીઓમાં રાહદારીને જમીન તરફ જોઈને ચાલીયા વગર પસાર થવું મુશ્કેલછે; નહીતો પોતાના જોડા સાથે પોતાને ઘર કાંઈ પણ ગલીની લેઈ જવાનો. મોટા રસતાએ ઉપર એવું બનતું નથી, પણ ગલી ગુચીઓમાં હજુર એ ચાલ ધમધુકાર ચાલી જાયછે. એ વીશેનો પણ અટકાવ થવો જોઈયે. એક બીજી માઠી ચાલ ઉમરે પુગેલા મરદોમાં હજુર લગી હતી. થોડાં વરસની વાત ઉપર કોઈ પણ એવો રસતો નહી હતો, કે જેની બાજુ ઉપર મુતરનો રેલો માલમ નહી પડતો હતો. સરકાર તરફથી જાહેર મુતરખાનાં મુકાયાથી એ ચાલ નીકળી ગઈછે. હાલ કચરો નાખવાને માટે જગે જગે મોટા પેટારા મુકવામાં આવીયાછે; પણ તે ઘણા ખામી ભરેલાછે. એ પેટારાઓ વીશે જોગવાઈએ વધારે બોલશું.

રસતાઓની બેઉ બાજુએ ગટરો રાખવામાં આવેછે, કે જે રસતે થી વરસાદનું પાણી મોટી ગટરોમાં ચાલીયું જાયે. થોડાં વરસની વાત ઉપર એ ગટરો ઉંઘાડી રાખવામાં આવતી હતી; તેમાં પાણી અને કીચલ ભરાઈ રહેતો હતો અને તેઓમાંથી એવોતો ખરાબ વાસ નીકળતો હતો કે રાહદારીઓને પસાર થતાં ઘણી મુશ્કેલી પડતી હતી. હજુર એવી ગટરો જગે જગે જોવામાં આવેછે, પણ ધોરી રસતાઓ ઉપર તેઓ ઉપર પથરથી ઢાંકણ કરી લેવામાં આવીયુંછે. ઘોલીતલાવની ગલીઓમાં એ ગટરો ઉંઘાડી રાખીછે અને ઘણીજ ઉંડી બાંધીછે. તેઓ માહેથી એવોતો બદબો નીકળેછે કે આસપાસના રહેવાસીઓ તેઓથી તદ્દન કાચેર થઈ જાયેછે અને જારે પણ કાંઈ ખરાબ મરજ નીકળેછે, તેમાં ઘોલીતલાવ ખાલી રહેતું નથી. એ ગટરો ઉપર ઢાંકણ કરી લેવાની જરૂર છે. એ વીશે વધારે જોગવાઈએ જણાવશું.

હાલ કેટલાએક જણ રસતાઓને પાણીથી સીપીયાને બદલે તેઓ ઉપર એક જાતનો ખાર છાંટવા લલામણ કરેછે. કલોરાઈડ આફ કાલસીયમ નામનો એક ખાર આવેછે કે જેની ખુબી એવીછે કે તે હવા

માહેથી ભારોભાર કરતાં વધારે પાણી ચુસી લેઈને ઘણો વખત લગી ભીનો ને ભીનો રહેછે. એ ખાર સાથે જો સાધારણ નીમક (કલોરાઈ ડ વ્યાક્ સોડીયમ) મેલવીયું હોયેતો તે વધારે વ્યછી રીતે કામ કરે છે; એ ખાર છાંટીયાથી ઘણોવાર લગી રસતો ભીનો રહેછે ; કદાચ એ તરણ દાહાડા લગી રહેછે. એ ખારોથી ઘોડાની ખરીને તથા જો ડાઝોને કોઈ રીતે નુકસાની થતી નથી અને તેથી સલામતીથી વપ ડાઈ શકાયેછે. પાણી શીપીયાના ખરચ કરતાં એ ખાર વાપડીયાથી વધારે કસર થઈ શકેછે.

રસતાઓની બાજુએ જાહાડ રોપવામાં ઘણો ફાયદોછે. જાંહાં રસતા પોહોલાછે અને બાજુએ રાહાદારીઓને માટે પકટીઓ બાંધી છે તાંહાં સરકારે જાહાડો પણ રોપીયાંછે. એ જાહાડોથી રાહાદારી ઓને શુખ થાયેછે એટલુંજ નહી પણ જાહાડપાન માહેથી પુશકલ પાણી નીકરેછે અને તેથી આસપાસની હવા થંડી રહેછે; બીજો ફા યેદો એછે કે જાહાડ પાન કરબાનીક આસીડ હવા પુશકલ ચુસી લે છે અને તેથી હવાને ચોખી રાખેછે.

મુખ્યમાં મરણ.

મરદ અને ઓરતની સંખીયા.

મરતીયુકમાં બીજી વ્યગતની જાણવાબેગ બાબદ મરદ અને ઓ રતની સંખીયાછે. વધારે મરણ કોણમાં થાયેછે, મરદમાં કે ઓરતમાં તે જાણવાની વ્યગતછે, કાંયેકે તે ઉપરથી મરદ તથા ઓરતની જીવવા ની શક્તી કેટલીછે તે સેહેલથી માલમ પડી આવેછે.

ઈ. સ. ૧૮૬૪ ની ગણતરી ઉપરથી માલમ પડેછે કે ફેબ્રુવારી મહીનાની પેહેલી તારીખે એક મહીનાની ઉમરના ૫૭૪ છોકરા અને ૬૦૩ છોકરી જીવતી હતી. જાનેવારી મહીનામાં એજ ઉમરના ૭૪ છોકરા અને ૪૯ છોકરી મરણ પામી હતી. એટલે એક મહીનામાં ૬૪૮ છોકરા અને ૬૫૨ છોકરીઓનો જનમ થયો હતો. છોકરા અને છોકરીઓના જનમમાં કાંઈ સેહેજ ફરકછે અને તે ફરક છોકરી

ઓની તરફેણમાં છે તે છતાં ગણતરી ઉપરથી માલમ પડે છે, કે છોકરી ઓ કરતાં છોકરા એક મહીનાની મુદતમાં દોહોડ ઘણા મરણ પામે છે.

૧૮૬૦ થી તે ૧૮૬૭ લગીમાં સરાસરી દર વરસે ૧૯૦૧૫ મરણ નીપજ્યાં હતાં, તેમાં ૧૦૯૨૪ મરદ હતા અને ૮૦૯૧ ઓરત હતી; એટલે, દર ૧૦૦ ઓરતે ૧૩૫ મરદ મરણ પામીયા હતા. વસતી ની ગણતરી ઉપરથી માલમ પડે છે કે દર ૧૦૦ ઓરતે ૧૮૫ મરદ ૧૮૬૪ માં મુંબઈમાં જીવતા હતા. જો માતરે ૧૮૬૩—૬૪ અને ૬૫ માં નીપજ્યાં મરણ ગણીયે તો દર ૧૦૦ ઓરતે ૧૪૩ મરણ થાય છે. વસતી કરતાં મરદ તથા ઓરતના મરણમાં એટલો બધો ફરક શા માટે થાય છે તે બરાબર સમજ પડી શકતી નથી; પણ તેનું કારણ ગયા વરસના મારત્ય મહીનાના ચોપાણીયાંમાં મુંબઈ શેડરની વસતી ના મથાલાં હેઠે સમજાવવામાં આવીયું હતું કે વસતીની ગણતરી ઘણી ભુલ ભરેલી છે અને ઓરતની સંખ્યા ઘણી છુપાવવામાં આવી છે.

જો જુદી જુદી ઉમરમાં મરદ તથા ઓરતની વસતી અને તેઓ માં થતાં મરણને સરખાવીયે તો આ નીચે જણાવેલું પરમાણુ થાય છે.

| | ૧૮૬૪ માં દર ૧૦૦ ઓરતે મરદની વસતી. | ૧૮૬૩, ૬૪, અને ૬૫ મરદનું મરણ. | ૧૮૬૪ માં દર ૧૦૦ ઓરતે મરદમાં મરણ. |
|-----------------|----------------------------------|------------------------------|----------------------------------|
| ૧ થી ૩૦ દોહોડા. | ૯૫.૨ | ૧૫૦ | ૧૫૮ |
| ૧ થી ૨૩ મહીના. | ૧૦૧.૯ | ૧૦૧ | ૧૦૦ |
| ૨ થી ૧૩ વરસ... | ૧૨૧.૭ | ૯૮ | ૮૧ |
| ૧૪ થી ૪૪ વરસ... | ૨૨૦.૯ | ૧૮૩ | ૮૩ |
| ૪૫ વરસની ઉપર. | ૧૭૧.૦ | ૧૩૭ | ૮૦ |

સરાસરી. ૧૮૫.૪

૧૪૩.

૭૭

એ ટીપ ઉપરથી માલમ પડે છે કે જે વરસે વસતીની ગણતરી કરવામાં આવી તે વરસ અને તેની આગલતા અને પાછલતા વરસ માં સરાસરી દર ૧૦૦ ઓરતે ૧૪૩ મરદોનાં મરણ નીપજ્યાં હતાં. એટલે નજીક દર ૨ ઓરતે ૩ મરદોનું મરણ થતું હતું. પણ વલી જરે વસતીની ગણતરી ઘેયાનમાં લેઈયેછ તારે જણાયે છે કે ૧૮૬૪ માં મુંબઈ શેડરમાં દર ૧૦૦ ઓરતે ૧૮૫ મરદ જીવતા હતા અને જો તે પરમાણુ મરણ સાથે સરખાવીયે તો સમજ પડે છે કે વસતી પરમાણુ મરદોમાં ઓરતો કરતાં ઓછાં મરણ નીપજે છે, એટલે દર ૧૦૦

ઔરતે માતરે ૭૭ મરદ અથવા દર ૪ ઔરતે માતરે ૩ મરદ મરણ પામેછે. જો કે દેખાઈતાં મરદોમાં મરણ ઘણા નીપજેછે તોયપણ આ રીકીથી તપાસતાં ઔરતો કરતાં ઘણાં થોડાં માલમ પડેછે. એ ટીપ ઉપરથી વલી કેટલીએક અન્યથે જોવી બાબદો જાહેર પડેછે. એક મહીનાનાં બચાંની સંખ્યામાં છોકરા અને છોકરીઓનું પરમાણુ ઘણું ખૂં મલતું આવેછે, પણ એજ મુદતમાં દર ૧૦૦ છોકરીએ ૧૫૮ છોકરા મરણ પામેછે. એ મુદત પછી બીજે વરસ લગીમાં બે ઉમાં મરણ એક સરખાં થાયેછે. એ મુદત પછી ઔરતોમાં મરદો કરતાં વધારે મરણ નીપજેછે.

એ ઉપરથી માલમ પડેછે કે બીજે વરસથી ઔરત કરતાં મરદમાં વધારે જીવવાની શક્તીછે. એક મહીનામાં એટલા બધા છોકરાઓ ની મોટી સંખ્યા મરણ પામેછે તેનું કારણ બરાબર સમજ પડી શકતું નથી.

બચાંની તનદરોસતી.



(મા બાપ તેવું બચું.)

અનાવારનો દીવસછે; બપોરના બે વાગાછે; સાવકશા અને શોરી નબાઈ સાથે વાતે બેઠાંછે. શીરીનબાઈ હજુર પોતાના બચાંનો ગમ વીસરી ગઈ નથી. એવામાં તેઓનો ડાકટર તેઓને મલવાને માટે આવીયો.

સા.૦—આવો, ડાકટર સાહેબ.

શી.૦—આવોજી, ઘણે દાહાડે કાંડાંથી આવીયા.

ડા.૦—હમણા મને ફરસુદ હતી તેથી તમને મલવા આવીયો છું. કેમ શીરીનબાઈ તમારી તબીયત કેમછે ?

શી.૦—હમારું બચું ગુજરીયા પછીની મારી તબીયતતો એવીજ આવી જાયેછે. મને કાંઈ બાવતું નથી. પણ ડાકટર સાહેબ ગઈ વખતે તમે જે બોલો બોલી ગયાછો તે મારા મન માહેથી ખીસતાંજ નથી, કે હમારાં બચાં જે જલદીથી મરણ પામેછે તેમાં હમારો પોતાનો વાંકછે અને હમારાં લગનની ખાંમીને લીધે બનેછે; એ હજુર સુ

ધી મને બરાબર સમજ પડી શકતી નથી. જુવો હુમારાં ભાંયેટલીયે ના ભાડુત તેઓ માતી બધયેર ગરીબછે, પોતાના બચાંની બરાબર માં વચ્ચત કરતાં નથી, તેઓના બચાં ઘણી વેલા ઉઘાડે આંગે અને મેલાં ફરેછે; પણ તેઓને કાંઈ થતું નથી, અને હુમારા બચાં સઘતી સાથ ની આવચત છતાં મરણ પામેછે. ખરેખર મને મારા ગરીબ ભાડુતો તરફ અદેખાઈ લાગેછે.

૬૧૦—શીરીનબાઈ તમે એટલાં દલગીર ના થાઓ. એ સઘ લી બાબદનું કારણ તમને હું સમજાઉં. આપણા લોકોમાં જે લગ ન થાયેછે તે ઘણાં ખાંમી ભરેલી રીતે બનેછે. મા બાપ પોતાના બચાંને જલદીથી પરણાવી દેવામાં પોતાની એક ફરજ સમજેછે અને પોતાના બચાં ને પરણાવતી વખતે સાંમણી તરફના બચાંના મા બાપની દોલત અને બુનીયાદી ઉપર નજર કરેછે; પછી બચું ગમે તેવું હોયે, તે નબલું હોયે અથવા દરદી હોય, તે ખરાબ મીજાનનું હોયે, બેસીકલ હોયે તેની કાંઈપણ દરકાર કરતાં નથી. મા બાપ બચાંને પરણાવામાં પોતાની મતલબ સાંધેછે; તેઓ પોતાના બચાંનું સુખ જોતાં હોયે એવું લાગતું નથી. પછસાવાલાઓ પોતાની દોલત બાહેર રખે જતી રહે કરીને પોત પોતામાંજ લગનો કરી દેછે. ઘણી વેલા બચાં જનમતાંનેવારજ જોરીયાંના નામ પાડી રાખેછે. માતબર લોકો માતબરને તાંહાંજ લગન કરેછે અને ઘણી વેલા જુવાન છોકરીઓને બુઢાઓ સાથે પરણાવેછે. જે કોઈ પછસાવાલો બુઢો મરદ રંડાયેછેતો થોડા વખતમાં ગરીબ મા બાપો પોતાની જુવાન નાહાની વયેની છોકરીઓને તેની સાથે પરણાવાની તજવીજમાં પડેછે, પણ તેઓ નથી જોતાં બેઠની ઉમર, કે નહી તેઓનો બાંધો કે મીજાન; આજે પછસો સઉથી ઉપરવાલોછે. એ પરમાંણે સગાં સગાંમાંજ તથા નાહાની ઉમરે પરણાવીયાથી જોટલો સંસાર સુખનો બીગાડો થાયેછે એટલો બીજાં કારણથી થતો નથી; મા બાપની લુલથી માતી બધયેર પોતે કુખી થાયેછે એટલુંજ નહી પણ તેઓની બેવકુફીનું ફલ પોતાના બચાંયો જુવેછે.

શી૦—તમે કહેછો તે સઘલું ખરૂંછે. આપણા લોકોમાં એવાં કઠંગાં જોડાં ઘણાં થાયેછે. તેઓના સંસાર સુખમાં બીગાડો થાયેછે તે પણ ખરૂં, પણ એવાં કઠંગાં જોડાંના બચાં ઘણું લગી જીવી શકતાં નથી તેનું કારણ મને સમજ પડતું નથી. જુવો સાવકશાની અને

મારી ઉંમર ઘણીખરી એકસરખીછે; હમે જાતે સુખી રહીયેછે, હમારો બલાપો માતરે હમારાં બચાંનાછે.

૬૧૦—શીરીનબાઈ તમે તમારાં બેઉનાં બેડામાં શું શું ખાંખીઓ છો તે તમે જોઈ શકતાં નથી. તમે દેખઈતાં સુખી છેઓ, પણ તમારી બેઉની ખરેખરી હાલત એક આરસીમાં તમે જીવો એવી રીતે દેખાડી આપું. પેહેલાં તમે બેઉ જણુ અતલગના સગાં થાઓછો; સાવકશા તમારા પોતાના કાકાનો છોકરો થાયે. લગનમાં એ સઉથી ન બઢીકની સગાઈ કેહેવાયેછે. તમુને ખબરછે કે તમારાં બેઉના બપાવા ખડીના જુરા મરજથી ટુક વયેમાં મરણ પાંખીયા હતાં. તમારા અંને સાવકશાના બાવા કેવા દુખલાછે તે તમે જાણોછો. તમારી પુઈ ખડીના મરજથી ગયે સાલે મરણ પાંખીયાં, તમારી બેઉને બે વરસ આગલ એજ મરજથી મરણ પાંખીયાં હતાં. તમે પોતે બેઉ જણુ જાતે આંગે દુખલાંછો. તમુને પોતાને વારેઘડીએ થાંસો થઈ આવેછે અને આગલ ધાસતી રાખવામાં આવી હતી કે તમુનેલી રખેને ખડીના મરજ લાગુ પડે. જોકે હાલ તમુને એ મરજ નથી, તોયપણુ તમે ઘણાજ નબલાંછો, તમારામાં કાંઈ કુવત નથી, અને તમુને થોડી મુદતમાં એટલાં બધાં બચાં થયાથી તમે વધારે નબલાં થયાંછો. સાવકશા પોતે પણ કાંઈ જોરાવર નથી, તેવણુ વારેઘડીએ પોતાની છાટીની ફરી યાદ કરેછે; અને ખડીના મરજ અટકાવવાને માટે કાડલીવર આઈલ પીયા કરેછે. એવી નબલી હાલત સીવાએ તમારા બેઉમાં કાંઈ દુખ કે દરદ નથી અને તમે દેખઈતાં સુખી તનદરોસત રેહોછો પણ તમારા કુટુંબમાં જે ખડીના મરજ લાગુ પડીયોછે, તે તમારાં બચાંમાં ઉતરેછે.

શી૦—તારે તમે એમ કેહેવા માગોછે કે ખડીના મરજ મા બાપથી બચાંમાં ઉતરતો આવેછે ?

૬૧૦—હા, ખડીના મરજ એટલુંજ નહી, પણ ઘેલાપણું, ફીફરૂં, ગાઉટ ઇતીયાદી મરજો ઉતરતા આવેછે; અને એવાં બચાં કાચના વાસણની મીસાલે હોયેછે અને તેઓને ઉધારવાને ઘણી સંભાલ જોઈયે છે અને સંભાલ છતાં પણ કાંઈ વલતું નથી. હવે તમારા બચાંમાં ખડીના મરજ ઉતરેછે અને એવાં બચાં તાહાનપણુમાંજ મરણ પામેછે.

શી૦—પણ મારાં બચાં કાંઈ ખડીના મરજથી તો મરણ નથી પામીયાં. એકનો કાન પાકો અને તેમાં ભેજાને નુકસાની થઈ તેથી

મરણ પામીયું. બીજાનું માથું જનમથીજ મોહોટું હતું અને તેને ઉપલીયું થયું તેથી મરણ પામીયું. તરીજાનું માથું પણ મોહોટું હતું, પણ તેને માથાથી કાંઈ નુકસાની નહીં થઈ; તે તરણ વરસનેા થયો તોયપણ ચાલી શકતો નહીં હતો, તેના હાથ અને પગ નબલા ઇથી વાંકાં થઈ ગયા હતા; તેનું પેટ ઉફસી આવીયું, પેટ આવીયાં તે બંધ થઈ શકીયાં નહીં અને તેથી તે મરણ પામીયું. ચોથાં બચાંને ગલાંમાં, જાંગમાં ગાંઠો થઈ આવીયા અને માતરે પીલાઈને મરણ પામીયું; અને છેલાં છોકરાંને તમે પોતે જોયું; તેને ઉપલીયું થઈ આવીયું અને તેમાં મરણ પામીયું. એ સઘલાં બચાંમાં ખડીના મરણ ઉતરીયો નહીં હતો.

૬૧૦—તમે કહોછો તે ખરી વાત, એ સઘલાં બચાંને છાટી ઉપર એ મરણ લાગુ પડીયો નહીં હતો, પણ ભેજાંમાં, પેટમાં, હાડકામાં અને એવી જગ્યાઓમાં ઉતરીયો હતો; અને એવાં બચાં નાહાની ઉ મરજાંજ મરણ પામેછે.

૬૧૧—તારે શું, ડાકટર, તમે એમ કેહેવા માંગોછો કે હમારાં બચાં જીવેજ નહીં કે? જો એમ હોયેતો પછી હમારું જીવતરજ નકા સુંછે, જેમ ખોદાની મરણ.

૬૧૦—તમે એટલા બધાં નીશકલ ના થાઓ. એ મરણ કાંઈ દરે ક બચાંમાં ઉતરતો નથી. જીવો તમે જેહને એ મરણ લાગુ પડીયો નથી, પણ જો તમે તમારી તબીયેત જાલવોછો તેમાં કાંઈ ખાંખી રાખો તો એ મરણ તમને પણ લાગુ પડે. એજ રીતે તમારી જેહની તબીયેતમાં વધારે સંભાલ લીધાથી અને બચાંની જરૂરની આવજત કીધાથી તમારાં બચાં જીવી શકે તેમાં કાંઈ શક નથી. તમારા બચાં જે મરણ પામીયાંછે તે તમારી બીજી ખામીઓને લીધે પણછે.

૬૧૦—મા બાપની ભુલ થઈ તે હવે સમરી શકતી નથી પણ હમારો પોતાની ખામીઓ જાણવી જરૂરછે, કે જથી હમારેથી સંભાલ લેવાઈ શકાયે.

૬૧૦—સાવકસા, હાલ તમારી ઉમર ૨૨ વરસનીછે અને શી રીતબાઈની ૨૦ વરસનીછે તમને એટલી સુદ્ધતમાં પાંચ બચાં થયાં. જારે તમે ૧૫ વરસનાં હતાં અને શીરીતબાઈ ૧૩ વરસનાં હતાં તારે પેહેલ વેહેલાં તમારે તાંહાં બચાંનો જનમ થયો. એ વખતે તમારી

બેઉની ઉમર ઘણી કુમલી કેહેવાય; અને એટલી કુમલી વયેમાં તમારે તાંહાં છોકરાં થાયે, તે કેવાં હોયે. એક કુમલાં જાહાડ ઉપર ફલ આ વેછે તે કદી પણ પુખ્ત હોતાં નહી; ફલ નાહાનાં અને વગર સવાદ નાં પેદા થાયેછે અને જો એવાં ફલ થયા કરેછે તો જાહાડ થોડા વખ તમાં કલમાઈને મરી જાયેછે. તેમજ કુમલી વયેનાં મા બાપનાં બચાં કુમલાં જનમેછે; તેઓના બાંધો પુખ્ત હોતો નહી અને તે બચું જલ દીથી મરણ પામે તેમાં કાંઈ નવાઈ નથી. સાત વરસની ટુક મુદતમાં તમારે તાંહાં સઘલાં મલીને પાંચ છોકરાં થયાં. એકક ઉપર છોકરાં થ યાથી માએ કુમલી થઈ જાયેછે, છોકરાં કુમલાં જનમેછે અને તેથી મા એની જીંદગી પણ ટુકી થાયેછે.

શા૦—હમારે તાંહાં જલદીથી છોકરાં થયાં તે પણ હમારા મા બાપની ભુલને લીધેછે; હમુને જો એટલાં જલદીથી પરણાવતે નહીતો એવું બનતે પણ નહી.

૬૧૦—સઘલાં થંડા મુલુકોમાં માણસ મોટી ઉમરે જર જીવાની માં આવેછે. યુરોપમાં જરે આપણા દેશની છોકરી બે તરણ બચાંની માએ થાયેછે, તારે તે ઈસકોલ માહેથી સીખીને ઘરે આવેછે; અને પરણવાનો બેયાલ છેક ૨૦ મે વરસે કરેછે. મરદો ૨૫ મે વરસે પુર જીવાનીમાં આવેછે અને એ ઉમરે ઘણાખરા પરણેછે. આપણા ઈરા ન દેશમાં પણ મરદો અને એારતો મોટી ઉમરે પરણતાં હતાં. હીંદુ સથાનમાં મરદ તથા એારતની જર જીવાની ઘણી જલદીથી આવેછે. મરદ ૧૭—૧૮ મે વરસે અને એારત ૧૫ મે વરસે પરણવાને લાયક થાયેછે. નાહાનપણમાં પરણાવવાનાં ખરાબ રેવાજથી આજ હીંદુ લો કોમાં ૧૨ વરસની છોકરી માએ થાયેછે; એ ઘણું અફસોસ કરવા જોગછે.

શા૦—બાર વરસ કાંયે ? મેં ચોપડીઓમાં વાંચીયુંછે જે ૧૦ વ રસનું બચું માએ થઈ નીકલેછે.

૬૧૦—તમે કહોછો તે ખરી વાતછે, પણ ૧૨ વરસની છોકરીઓ માએ તરીકે ઘણી જોવામાં આવેછે. તેઓનાં પેહેલાં જનમેલાં બચાં ઘણાંખરાં મરણ પામેછે; અને પછવાડેથી જનમેલાં બચાં વધારે પુખ્ત ત હોયેછે અને તેઓને જીવવાની આશા વધારે રહેછે. તમારે તાંહાં જો હવે બચાં પેદા થાયેતો તેઓને જીવવાની આશા વધારે રહેશે; કાં ચેકે હાલ તમે બેઉ પુખ્ત ઉમરમાં આવીયાંછો.

૨૧૦—તમે કહો છો કે કેટલાએક મરજે પેહેડી દર પેહેડી ઉતરતા આવેછે અને જો દરેક જણ એ પરમાણુ ધેયાનમાં લેતો પછો ઘણા છો કરા તથા છોકરીઓ પરણીયા વગર રહી જાયે. લોકો બીહ કે રખે ને એ મરજ તેઓની ઓલાદમાં દાખલ થાયે.

૨૧૦—એટલું બધું બીહવાનું કાંઈ કારણ નથી. એવું માલમ પડીયુંછે કે જો માતીબધેરમાં એક પણ તનદરોસત હોયેતો એ તરણ પેહેડીમાં એ યુરા મરજે નાબુદ થઈ જાયેછે. જે ખાનદાનમાં એવી જાતનો મરજ લાગુ પડીયો હોયે તેઓએ કદી પણ પોતાના કુટુંબમાં એક મેકના લગનો કરવાં નહી, પણ જેમ અને તેમ તનદરોસત કુટુંબ સોધી કાહાડવું, અને તે માટેથી છોકરો અથવા છોકરી લેવી જરૂર પડેતો માતબરે ગરીબને તાંહાં છોકરી આપવી અથવા ગરીબની છોકરી લેવી; તેથી એટલો મોટો સંતાશ રહેશે કે પોતાની ઓલાદ તનદરોસત અને જોરાવર થશે; અને તેમાં મોતી મગરૂબીનું કારણ છે. હાલ આપણા લોકોમાં માતબરો વીશે શું વીચારછે તે તમે જાણો છો. ઘણાખરા માતબર કુટુંબના છોકરા સરીરે દુબલા, અને મને બોયડ માલમ પડેછે, તેનું કારણ જોશો તો તેઓના મા બાપ અતલગતા સગાં હોવાથી અને તેઓને ઘણા નાહાનપણમાં બચાં થવા ને લીધે હોયેછે. જો પરણતી વખતે છોકરીને ઉમર ૧૭—૧૮ વરસની હોયે અને છોકરાની ઉમર ૨૦ વરસની હોયે તો કદી પણ તેઓને તાંહાં એવાં દુબલાં છોકરાં જનમે નહી. એટલા માટે મા બાપે પોતાના નબલા છોકરા અથવા છોકરીને માટે જોરાવર છોકરી અથવા છોકરો સોધી કાહાડવો જરૂર છે. કદી પણ બેઉ બાજુનું નબલું જોડું કરવું નહી, તથા કદી પણ જ્યોમાં એકજ જાતનો મરજ ઉતરતો આવેયો હોયે તેનું જોડું બનાવવું નહી.

૨૧૦—તમે કહીયું કે ઘેલાપણું પણ ઓલાદથી ઉતરતું આવેછે; પણ એ વીશે આપણા લોકો કાંઈ પણ ધેયાન આપતા હોયે એવું લાગતું નથી; કાંયેકે ઘેલાં છોકરાંઓને પણ આપણામાં પરણાવીયા વગર રહેતા નથી.

૨૧૦—જો ઓલાદમાં ઘેલાપણું હોયેતો તેને તાંહાં છોકરાંઓને પરણાવવાની એકશી રાખવી; કાંયેકે ઘેલાંપણું જોયો બીજો અકશોસ કરવા જોગ મરજ કોઈજ હશે. ઘેલાપણું કાંઈ બચપણથી માલમ પડ

તું નથી. ઘણી વેલા મોટી ઉમરે થઈ આવેછે. પણ પરણતા છોકરા અથવા છોકરીને તપાસવાની એક રીતછે. તેઓની ચાલચલણ જો એ રી, ચીરડાઉ, વગર અકલ અને કમ સમજની માલમ પડેતા કદી પણ તેની સાથે લગણ કરવાં નહી. જો સમજથી લગન કીધાં હોયેતો એ મરજ પણ એક બે પેઢીમાં ગુમ થઈ જાયછે. આ ટકે મને કે હુવાની ફરજછે કે આપણા લોકો પઈસાને ખાતર પોતાના બચાંને ઘેલા મોટી સાથે પરણાવેછે એ જીવી ગુનાહ ભરેલી ચાલ બીજી થોડી હશે. જે મા બાપ પોતાના બચાંને જાણીશુજીને એવા ખાડામાં નાખે છે, તે જાણે પોતાના બચાંના ગલાંમાં પોતાને હાથે ફાંસીનું દોરડું નાખીયા બરાબરછે.

સા૦—આ સઘલી વાત ઉપરથી એટલી મતલબ નીકલેછે કે નજ દીકના સગાંમાં જેમ અને તેમ પરણવું નહી; અને જો કાંઈ પણ મરજ પેઢી દન પેઢી ઉતરતો આવીયો હોયેતો કદી પણ એવું થવું નહી જોઈયે. બીજી મતલબ એ માલમ પડી કે કદી પણ ઉમરે પુગીયા વગર પરણવું નહી; તરીજી મતલબ એછે કે જોડાંમાં બેઉ જણ ન બલાં હોવાં નહી જોઈયે; એક પણ જોરાવર હોવું જોઈયે.

૬૧૦—એ સીવાએ મા બાપની ઉમર એક સરખી હોવી જોઈયે. જો બુઢા મરદ જુવાન છોકરી સાથે પરણેછે તેનાં બચાં જીવી શકતાં નથી; તે બચાં કુબલાં જનમેછે અને જલદીથી મરણ પામેછે. વલી જો લોકો ઘણી મોટી ઉમરે પુગીને પરણેછે તેઓના બચાં પણ કુબલાં જનમેછે અને તેઓને જીવવાની આશા રહેતી નથી. આપણા કરતાં ઇંગરેજ લોકોમાં એવાં જોડાં ઘણાં નજરે પડેછે.

એ સીવાએ મા બાપ ગમે તેવાં જોરાવર હોયે પણ તેઓની બદી બચાંમાં ઉતરેછે. જો ખરાબ ઈલતથી મરદને રોગથયો હોયેછે તો તે તેના બચાંમાં ઉતરેછે. એટલુંજ નહી પણ છાકટપણાની નીશાણી બચાંમાં માલમ પડેછે. સોબતની વખતે જો મરદ છાકટો હોયેછે તો તેનાં બચાં ઘેલાં જનમેછે. એજ પરમાણે માએની હમેલની વખતની હાલત ઉપર બચાંનો જનમ આધાર રાખેછે. હાલ ઘણું અવારૂં થયાર્થી એ બાબદ ઉપર બીજી જોગવાઈએ વાત કરશું.

શી૦—આજની વાત ઉપરથી મને ઘણી બાબદોનું ગતાન મલી થુંછે. જે વાત સપનામાં પણ હતી નહી તે તમે ખાતરીથી દેખાડી આપીછે.

સા૦—ડાક્ટર, હું તમારા ખરેખર આભારી થયાં છેદયે; અને તમારી મુલાકાતનાં એવોજ લાલ લેવાને ચુકથું નહીં.

ડા૦—હું પણ ઘણો ખુશી થયો છું. વારૂં, હું જાઉંચલું; સાહેબ મેહુરબાન.

શી૦—ડાક્ટર આવજો.

સા૦—સાહેબ મેહુરબાન.

ચામડી.



સઘલા જાણુને ખબરછે કે બદનના ઘણા અગતના અને નાજુક ભાગો કુદરતે હાડકાંની મજબુત પેટીઓ બનાવીને કાંઈપણ રીતે ઉર કત નહીં પોહાચે એવી રીતે ગોઠવીયાછે. એટલી બધી સંભાલ લેવાનું કારણ એછે કે જો એ ભાગોને જરા પણ અડચણ થાયછે તો માણસની તનદરોસતી અને તેની જીંદગી પણ મોટા ભયમાં આવી પડે છે. એવી સંભાલથી અગતના ભાગો ગોઠવીને તેની ઉપર એક ચામડીનું પર આપીયુંછે. એ ઉપરથી ઘણાખરા લોકો એવો ખેવાલ લેઈ જાયછે કે ચામડી બદનનું માતરે એક ઢાંકણુછે અને જાંઠાંસુધી અંદરના ભાગોની માવજત થાયે, તાંજાંસુધી ચામડીને ગમે તે થાયે તેની તેઓ દરકાર રાખતા નથી. પણ એ બાબદમાં તેઓ કેટલી ભુલ કરેછે તે ચામડીની બનાવટ અને તેનો ઉપયોગ જણાયાથી સમજ પડશે. જેમ ફેફસું, કલેજું, ગુરદા બદનમાં અગતનું કામ કરેછે, તેમ ચામડી પણ, બલકે તેઓથી વધારે, કામ કરેછે. દરેક જાણુને ખબરછે કે જો નાક અને મોઢોડું બંધ કરવામાં આવેતો ફેફસાંમાં હવાનો અટકાવ થવાથી માણસ ગુંગરાઈને તરત મરી જાયછે. તેજ ખીસાલે જો આખી ચામડી ઉપર જાડું વારનીશ લગાડીયું હોયેતો માણસ મરી જયા વગર રહે નહીં. પેહેલાં એ વાત માણવામાં આવે એવી નથી, પણ જાનવરો ઉર અખતરા કીધાથી ચોકસ થયુંછે કે જો તેઓની ચામડી ઉપર જાડું વારનીશ લગાડીયું હોયેતો તેઓ થોડા વખતમાં મરણ પામેછે. એમ કહેછે કે જરે દશમો લીયોને પોપ દાખલ પસંદ કરવામાં આવીયો હોતો તે વખતે સોનેરી જમાણાની નીશાન દાખલ

એક બચાંને સુતાના વરકથી લપેટવામાં આવીયું હતું અને તે બીચા
રૂં નીરદોશ બચું થોડા વખતમાં તેઓની અભેમાંની અને ગાફેલીયત
નો ભોગ થઈ પડીયું હતું. એટલા ઉપરથી સમજ પડશે કે જેમ ફેફ
સાં ખાઉથી હવાને બંધ કીધાથી માણસ જીવી શકતું નથી, તેમજ
આમડીને હરકત પોંદાંચાડીયાથી માણસને જીવવાની આશા રહેતી
નથી; એટલે આમડીનો ઉપયોગ, ફેફસું જે બદનનો એક ઘણો અગ
તનો ભાગ કેહેવાયેછે, તેથી જરા પણ ઉતરતો નથી અને જેમ ફેફસાં
ના દરદથી લોકોને બીહીવું પડેછે અને ફેફસાંને કાંઈપણ હરકત નહી
થાયે તેની સંભાલ લેજે, તેજ મીસાલે આમડીની સંભાલ લેવી જરૂર
છે. એટલા ઉપરથી માલમ પડશે કે આમડીને સાફ રાખવાની કેટ
લી અગત્ય છે. જેટલાં દરદો આમડી સાફ નહી રાખીયાથી થાયેછે તે
ટલાં બાળાં થોડાંજ કારણથી થતાં હશે. કેટલાંએક દરદોનું કારણ મા
લમ પડી આવતું નથી, પણ દુર અંદેશથી જોતાં આમડા મુલ કાર
ણ માલમ પડી આવેછે. કેટલાંએક દરદો સાફ કરવામાં ડાકટરો ગોતાં
ખાયા કરેછે પણ જે તેઓ દવાઓ સીવાયે બીજી બાબદો ઉપર ઘેવાન
આપેતો દરદો સારાં થતાં વીલમ લાગે નહી. કેટલીએક વખતે આમ
ડી સાફ નહી રાખીયાથી પેટનો ખરજ પેદા થાયેછે; એવી વખતે પેટ
બંધ કરવાની દવાઓ આપીયાથી કાંઈપણ ફાયદો થતો નથી, અને
જે દરદ માતરે બદન ઘોઈને સાફ કીધાથી નાબુદ થઈ જાયે તે ઉપર કે
ટલાએક ડાકટરો મોહોડાં વાટે દવાઓ રેડીયા કરેછે.

જરે આમડી બદનનો એટલો અગતનો ભાગછે તારે દરેક જણ
ને તેની બતાવટ અને ખુબી પોછાતવી જરૂર છે. કુદરતે કેટલાએક
અગતના ભાગો જેમકે ફેફસું, ગુરદો ઇતીયાદી, જોકે તેઓનો વીસતા
ર મોટો હોયેછે તોયપણ તેને થોડી જગામાં સમાવી દીધાછે. એ
પરમાણુ આમડીને ગોઠવી નથી પણ તેને આખા બદન ઉપર પાંથરી
દીવીછે. એક ઉમરે પુગેવા માણસની આમડીનો વીસતાર પંદર ચોર
સ ફીટ અથવા ૨૧૬૦ ચોરસ ઈંચ ગણાયેછે; તે આખા બદન ઉપર
પંથરાયેલીછે અને મોહોડું, નાક, કાન, આંખ, સફરો અને પીશાબ
ની જામણે આગલ અંદરના તરમ પર સાથે મલી ગયેલીછે. આમડી
ની જાડાઈ એકસરખી હોતી નહી. હાથની હાલો અને પગના ટલીયા
ની આમડી ઘણી જાડી હોયેછે, તેથી ઉતરતી માંચાની અને ખરડાના

આમડાની જાડાઈ છે; અને તેથી ઉતરતી હાથ પગની બાહરની બાજુ ઉપરની આમડીની જાડાઈ છે. છાતી, પેટ અને હાથ પગની અંદર નો બાજુની આમડી પટલી છે અને તેથી પણ પટલી આંખના પાંપણ અને ગોલી ઉપરની આમડી છે. આમડીની જુદી જુદી જાડાઈનું કારણ દેખાઈતું છે. જાંઠાં ઘસારો ઘણો થાય છે તાંહાંની આમડી વધારે જાડી હોય છે; અને જાંઠાં ઘસારો વધતો જાય છે તાંહાં કુદરતથી જ આમડી જાડી થતી જાય છે.

આમડીના બે પર હોય છે. ઘણા જાણુને ખબર છે કે આમડી ઉપર બ લીસટર મારીયા પછી એક ફોફાંયો ઉઠી આવે છે. ફોફાંયાની આમડી ઘણી પટલી હોય છે અને તેને જે કાપીને કાહાડી નાખીયે તો તેની હેઠે એક લાલ જગા માલમ પડે છે. એ લાલ જગા ખરી આમડી નું પર છે અને જે ફોફાંયો ઉઠીયો તે ખરી આમડી ઉપરનું ઢાંકણ છે. કુદરતે આખા બદનને આમડીથી ઢાંકીયું છે, પણ આમડીના બચાવને માટે એક જુદુ ઢાંકણ આપેલું છે. એ ઢાંકણમાં કાંઈ રંગ અથવા ને સ નથી, અને જેમ બીજાં જાતવરોમાં આમડીની ખોલ નીકલે છે તેમ માણસમાં એ આંમડીની ખોલ છે અને તે ઘડી ઘડી મેલની મીસા લે નીકલો જાય છે અને તેની જગા ઉપર બીજી ખોલ પેદા થાય છે. ખરી આમડી સાથે તે મન્યુત વલગેલી રેહે છે અને જેમ દોરાથી બે કપડાં સાથે સીવાઈને મન્યુત વલગી રેહે છે તેમ બાલ જાણુ તેઓ વ એ દોરાનું કાંમ કરે છે. એ ખોલની ખરી આમડી તરફની બાજુમાં રંગ આવે છે અને તે જુદી જુદી જાતનો તથા વધતો ઓછો હોવાથી માણસની આમડીને તરેહવાર જાતનો રંગ આપે છે.

જેને ખરી આમડી કરીને કેહે છે તે ખોલ કાહાડી નાખીયા પછી માલમ પડે છે. તેનો રંગ જેમ લોહી વધારે અથવા ઓછું હોયે તે પરમાણુ લાલ અથવા સફેદ હોય છે; અને કાલા અથવા ગોરાં માણસમાં એનો રંગ એક સરખો હોય છે. એ ખરી આમડીમાં પુશકલ બલુ અથવા ઘોલી રંગ તથા નરવ હોય છે. એ આમડીના તરણ ઘણાં જ પટલાં પર હોય છે; પેટેલાં ઉપરના પરમાં ઘોલી અને બલુ રંગ અને નરવના બારીક છેડાઓનું ગુચરું વલીયું છે. વચલા પરમાં માસના જેવા બારીક સાખા આવે છે અને તેથી બાલ ઉભા થાય છે અથવા આમડીના આંધરાં ઉક્સી આવે છે. નીચેના પરમાં જે સુખાર ધ

જાંઝ બારીક તેરણુ જાતનાં ગાંઠ ગોઠવોયાછે. એ બારીક ગાંઠ માહે થી પસીનો તથા એક જાતની ચીકની વસતુ પેદા થાયછે અને તરી જ જાતના ગાંઠ માહેથી બાલનું રખશણુ થાયછે.

ખરી ચામડીનો બદનમાં શું ઉપયોગછે તે હવે પછી જણાવશું.

ડાક્ટરો થયા તેમ દરદો પણ વધીયાં !

“ગમે તે કેહો, પણ ડાક્ટરો ઘણા થયાથી આપણને ફાયદો શું થયોછે ? જે દરદો આપણા સપનામાં પણ હતાં નહી, તેવાં દરદો આ જે આપણે કાંને સાંભલીયેછે અને નજરે જોઈયેછ ! હીસતીરીયા શું બલીયોછ અને લીવરકંમપલેનટ તે કોણ જાણતું હતું, પણ આજે જીની આંખે નવાં કોટકો જોવાં પડેછે. જરા જરામાં ડાક્ટરો બીહ વરાવીને ખારી નાખેછે. આગલ ડાક્ટરને કોણ ચોલખતું હતું અને માણસો જરા જરામાં અને તપોતપ ખરી પણ જતાં હતાં નહી. આગલ લોકો સુખી હતાં અને હાલ દરેક કુટુંબમાં કોઈને કોઈને આજીવની પડેલુંજછે, જાણે ડાક્ટરોના પેટ ભરવાને માટે નવાં દર દોલો ઉભરી આવેછે. ડાક્ટરો વધીયામાં દરદો પણ વધીયાં !” એ પરમાણુ બુધી મનાઈઓ અને બુદ્ધ કાકાઓ બુમ મારેછે અને પોતા ના આગલા વખતને યાદ કરેછે. એક રીતે તેઓ ખરાંછે. આગલ તરેહવાર દરદો તેઓને કાંને પડતાં નહી હતાં અને હીસતીરીયા અથવા લીવર કંમપલેનટ અથવા હાર્ટ દીઝીઝ એવાં નામ તેઓ કદી સાંભલતા નહી હતા. હાલ એવું તેઓને કાંને પડેછે ખરું, પણ તે માં વાંક કોણનો ? થોડાં વરસ ઉપર આપણા લોકોની એ બાબદસર હાલત કેવી હતી અને હાલ કેવીછે તે તપાસી જોતાં જે ખરું હશે તે માલમ પડશે.

એક એવો પણ વખત હતો કે જરે દરેક કુટુંબમાં ઘરની બુદ્ધી ઓરત સીવાયે કોઈપણ ડાક્ટર હતો નહી. નાહાના બાલકથી તે બુદ્ધ માણસ સુધીનું કાંમ ઘરના બનાવેલા કાહવાઓથી ચાલતું હતું અને જે તેથી તરણ ચાર દીવસમાં ફરક નહી પડતો, તોજ ગામઠી વધદ તથા નીમહકીમોની દવાઓ લેતાં હતાં; અને જે તેઓથી તરણ

આર દીવસમાં ફરક નહી પડીયો, તો પછી વગર દવાએ થોડા દીવસ ચલાવતાં હતાં. ઘણું કરીને ઘરના કાહાવાપોથી ફરક પડી જતો હોતો અને વધદનું કાંમ કદાચ ન પડતું હતું; ગામટો વધદોથી સેહલ દરદો સારાં થતાં હતાં, પણ બીકટ ભીતરના દરદો પરખાઈ નહી શકાયાર્થી અથવા નીમ હકીમોના હાથમાં ગયાથી કેટલા જાન નાહક બરબાદ થતા હતા. માતખર લોકો ઈંગરેજ ડાક્ટરોનો લાભ લેઈ શકતા હતા, પણ ગરીબ લોકો નાચારીથી દરદ વધી ગયા પછી અને ઘણી વેલા છેલા ઘડીએ એ ડાક્ટરોની સલાહ લેતા હતા, અને એ વખતે એવા ડાક્ટરો થોડા હોવાથી દરેક જાણને ખબર હશે કે તેઓને સહવારથી તે બપોરલગી અને કદાચ સાંહાંજલગી તેની વાર જોતાં દોલા કુખી આવતા અને પછી હકીકતે દવાઓ ચાલતી અને તેથી કોઈ વેલા ફાયદો થતો પણ ઘણું કરીને ખરાબી થતી હતી. એ વખતે સીખેલા ડાક્ટરો નહી હોવાથી તેઓ તરેહવાર ફાંફાંમાં પડતાં હતાં અને બીકટ દરદોમાં “શું કરીયે” એમ બોલીને મુંગાં રહેતાં હતાં. તે વખતે દરદો શું થાયેછે તેની સમજણ કોઈને હતી નહી. જે દરદમાં તાપ આવી એટલે તેને તાપનું દરદ કરીને ગોઠવી દેતાં હતાં. લીવરકંમપલેનટનું દરદ તે વખતે ઓછું હતું એમ નથી, પણ તે દરદ કોઈ પારખી શકતું ન હતું અને માતરે તાપ આવીએ એમ સમજતાં હતાં. હીસટીરીયા જેવા ખરબચે તેઓ ભુત દાકણની ઈલત સમજતાં હતાં; અને તેઓને કોઈ સમજ આપનારો હતો પણ નહી. જો કોઈ કદાચ એકાએક મરી જતું તો તેઓને કોઈ સમજ વનારું હતું નહી કે દીલનું એવું એક દરદ થાયેછે કે જ્યો માણસ અચબુચું મરણ પામેછે. એ વખતે એ પરમાણુ દરદો વીશે તદન અંજાણપણું હતું અને સીખેલા ડાક્ટરો મલી આવતા નહી હતા.

હાલ વખત બદલાઈ ગયોછે. સીખેલા ડાક્ટરો મોહોલે મોહોલે સસતા મલી આવેછે. ઘણાંખરાંઓએ ઘરના કાહાવા કાહાડી નાખીયાછે અને ડાક્ટરની સલાહ વગર કાંઈ કરતાં નથી. ડાક્ટરો લોકોને દરદની સમજ પણ આપતા જાયેછે અને તરેહવાર માવજત કરવાને ફરમાવેછે. દરદ શું થયુંછે, તે કેવુંછે, તે ધાસતી ભરેલુંછે કે નહી, સારું થતાં કેટલા દાહાડા લાગશે, દરદો થવાનું કારણ શું એવા એવા સવાલો દરેક જાણ ડાક્ટરને કરેછે, અને

ડાકટરની દરેક હીલચાલને તથા કામને બારીકીથી જુવેછે તથા તપાસેછે. જે આગલ દાકણ, ભુતની ઈલત સમજતાં હતાં તે હવે હીસટીરીયા નામના મરજથી લોકો સમજેછે. જે થોડા દાહાડા તાપ વધારે રહીતો લોકો તરત ડાકટરને દરદીનું કલેજું તપાસવાની ભલામણ કરેછે અને તેની માવજત કરવામાં વધારે ખાંતી રેહેછે. એ પરમાણુ આપણા લોકોમાં ડાકટરો થયાથી અને વધીયાથી સઉથી ગરીબ માણસને પણ તેઓને લાભ મળી શકેછે અને તેઓ સાથે ભેલાયાથી તરેહવાર દરદોની પી છાણુ કરેછે, તારે આગલા વખતમાં અને હાલમાં તફાવત એટલો છે કે દરદ ઉપર જે આગલ થોડું ઘેયાન આપવામાં આવતું હતું તે હાલ વધારે અપાયેછે.

આગલ આપણા લોકોની વસતી થોડી હતી. દીનપર દીન જેમ વસતી વધતી જાયેછે તેમ વધારે દરદો જેવામાં આવેછે અને એજ કારણને લીધે મરણ પણ વધારે જેવામાં આવેછે; પણ ડાકટરો થયા અને વધીયા તેથી નવાં દરદો પણ નીકળીયાં, એ વાત ઉપર જણાવેલા કારણોથી ખોટી ઠરેછે. એથી ઉલટું સીખેલા ડાકટરો વધીયાથી લોકો પોતાની તનદરોસતી જાલવવાને વધારે સીખીયાંછે અને દરદોથી વાકેફ રહીને તેથી દુર રહેવાને ખાંતી રેહેછે.

તનદરોસતીને લગતી હીંદુઓની રીતભાંત.



(માયુ કાનીલાલ દ્વેએ કલકત્તાની “ બરીરીશ મેડીકલ આસોશીયેશન ” આગલ વાંચેલો રસાલો.)

હીંદુ લોકોની કેટલીએક રીતભાંત એવીછે કે જે તનદરોસતીના કાયદાઓથી તદ્દન ઉલટી હોયેછે અને તેથી કેટલીએક ખરાબી થાયેછે. એ બાબદ વીશે કલકત્તાના એક ડાકટરે એક સભા આગલ રસાલો વાંચી સંભળાવીયો હતો; તે ઘણો અસરકારક રીતે ટુકમાં લખેલો છે અને તેથી મુંબઈના હીંદુ તેમ પારસી તથા મુસલમાનીને વાંચવા લાયક થઈ પડશે એવી મતલબથી અહીં સદાબરો ઉતારી લીધોછે.

“ મી૦ સરતશીન અને સાહેબો—આજ સાંજે એક બાબદ આ

એ મીઠાલસ આગલ લાવવા માંગું છું, કે જે થોડી પણ યોગીય થઈ પડશે એવી મને આશા છે. એક ડાક્ટરને અને તેમાં ખસુસ કરીને જે તે બાહર દેશથી આવેલો હોય તેને, જે લોકોમાં તેને વસવું પડે છે, તે લોકોની આલમલણ તથા રીતભાંત જાણવી ખરેખર ઉપીયોગી છે. એક દરદને પારખવું એટલે તેને સાફ કરીયા બરાબર છે; અને જારે ઘણાં ખરાં દરદો લોકોની ખાસ આલમલણ, રીતભાંત અને મોજમજાહ ઉપર ઈલાકો રાખે છે, તારે ડાક્ટરની ફરજ છે કે દરદનું કારણ સોધી કાઢાડવાની તથા તેને સાફ કરવાની અને બને તાંહાંસુધી નરમ પાડવાની આશા રાખે, તે આગમન એ બાબદોથી વાકેફ રહે. આ દેશના રહેવાસીઓમાં અને તેમાં સીખેલા અને સમજીઓમાં પણ એવો ચાલુ વીચાર છે, કે ઈંગરેજ ડાક્ટરો આ દેશના દરદોને સારાં કરવામાં બરોબર માહીતગાર નથી, તેઓને દેશી ઓનો બાંધો તથા મીઠાન ખબર નહીં હોવાથી અને તેને ઈંગરેજ વૃદ્ધાંતી ધપ ઉપર લાવવાની સમજ નહીં હોવાથી તેઓ કાગનો વાધ કરી નાખે છે. જોકે એ ચાલુ વીચારમાં હું સામેલ નથી, તોય પણ એ બાબદ ધેઆન પોંહોંચાડવા જોગ નથી એવું હું કહી શકતો નથી. એથી ઉલટું, જારે લોકોમાં એવો વીચાર પેવસ છે તારે ડાક્ટરોની ફરજ છે કે તપાસ તથા અભીયાસ કીધાથી લોકોની તનદરોસ તો ઉપર હવા તથા રૂતુથી કેવી અસર થાય છે, એટલું જ નહીં પણ જે અકસમાત અથવા રોવાનથી ઉત્પન્ન થયેલી અથવા મેલવેલી રસમથી કેવી અસર થાય છે તે પોતે અછી રીતે પીછાણે. એકજ રસાલામાં દેશીઓની તનદરોસતીને લગતી સઘલી રીતભાંત વીસતારીને સમજવાઈ શકાયે એવું નથી. મારી મતલબ એ બાબદો ઉપર સમજ આપવાના કરતાં એ વીશે વધારે પુછપરછ થાયે એવી છે.

ઈ. સ. ૧૮૧૫ માં કલકત્તાની મીયુનીસીપલ કમીટીએ તનદરોસતીને લગતા કેટલાએક સવાલોનું એક કાગળ જાહેર કીધું અને તે ઉપર લોકોના વીચાર માંગીયા. એ સવાલો તથા તેના જવાબો તપાસતાં મારું ધેઆન એક અગતના સવાલ ઉપર દેશી લોકોએ તદન અખાડા કીધા હતા તે ઉપર લાગું. એ સવાલ એ હતો કે, 'તમને એવી કાંઈ દેશી લોકોની રીતભાંત ખબર છે કે જે તનદરોસતીને હાની પોંહોંચાડે છે?' થોડાએ જવાબો ખરેખર ગમત આપે એવા હ

તા અને બીજાઓએ કમીટીને ઉત્તરવાલું કરીયાને બદલે જાણીબુજી ને તેઓની આંખમાં ધુલ નાખી હતી; તેઓએ સાફ કહીયું કે એ વી ચાલચલણની તેઓને કાંઈ પણ ખબર નથી, એટલું જ નહીં પણ એવી હોયે પણ નહીં. એક બાજુ કીસનચંદર દત્તેના જવાબ જો કે ટુકડે તોયપણ સચાઈથી આપીયોછે; તેણે કહીયું કે, ‘ મારા વીચાર માં આ નીચે જણાવેલી દેશી ચાલચલણ તનદરોસતીને હાંની પોંહાં ચાડે એવીછે,—૧ હું, એક ઘરમાં ઘણી ગરદી કરવાની ચાલ; ૨ જી, ભોંય ઉપર સુવાની રસમ; ૩ જી, પીવામાં અને રાંધવામાં ખરાબ પાણીનો ઉપયોગ; અને ૪ થું સુવાવડી ચોરતની માવજતમાં ખાંમી; પણ જે કોઈયે એ બાબદ ઉપર ખુબ ઘેયાન પોંહાંચાડીયું હશે અને જે જે દેશી લોકોની રીતભાંત સઘલી તરફથી તપાસી હશે તેને માલમ પડશે, કે તનદરોસતીને લગતા કલાંમો લોકોની સંસારી હાલત, ગતાં ન, કેળવણી, રોજગાર, ધંધો, અને જોગવાઈ પરમાણે વધુ અથવા ઓછા તોડવામાં આવેછે. એટલા માટે તનદરોસતીને લગતા કુદરતી કલાંમો જેમકે હવા, ખોરાક, કપડાં, પીવાની વસતુ, બંદનની સફાઈ, અને કસરતને લગતી દેશી લોકોની રીતભાંતને એક એક પછી તપાસી જોઈયે. મારા વીચાર માતરે કલકતા શેહેરને લગતાછે.

હવા.

આ જગોએ ચોખી અને તાજી હવા તનદરોસતી જાલવવાને જ રૂરછે તે બાબદ ઉપર બોલવાની મને જરૂર લાગતી નથી. આપણને સઘલાને ખબરછે કે હવાને ચોખી રાખવાને માટે તે ચાલુ બદલાવી જોઈયે. ડાક્ટર પારકસ કેહેછે કે દર તનદરોસત માણસને માટે દર કલાકે ૨૦૦૦ કીયુબીક ફીટ અને દર આજારી માણસને માટે ૩ થી ૪ હજાર કીયુબીક ફીટ હવા બદલાવવી જોઈયે. એથી ઓછી ફીટ હવા ને સાફ રાખી શકશે નહીં; અને એટલી પણ હવા ઓછામાં ઓછીછે.

એક હીંદુના ઘરમાં તનદરોસત અથવા આજારી હાલતમાં એથી ઉલટી રીત હવા પુરી પડેછે. એક તનદરોસત માણસને અવાર નવાર ખુણાંખતોલાં અથવા આંધરાં માહેથી જરા પણ તાજી હવા મલી શકેછે; પણ એક આજારી માણસને કદી મલતી નથી. તેનો ઓરડો જરા પણ હવા દાખલ નહીં થાયે એવી રીતે બંધ કરી નાખેલો હોયે.

છે. સઘલાં બારીબારણાના આંધરાં તથા ફાટ રૂઢ, કાગળ અથવા ચી થરાંથી પુરી દેવામાં આવેછે કે જ્યથી બાહેરની હવા અંદર આવવાને અથવા અંદરની ગરમ હવાને બાહેર નીકલવાને તદ્દન મુશકેલછે.

એક ઈંગરેજ ડાક્ટરને એક દેશીના આજરો ઓરડામાં ખેસતાં જ નાખુશ લાગેછે. એક બંધબસત ઓરડાની ખરાબ હવાથી થું પરીણામાં નીપજેછે તે વીશે જો તે ચેતવણી આપેછે તો તે માણતા નથી અને એવી ખરાબ હવાના દમ લીધાથી આજરો માણસને બં આવવાને માટે ઓરડાની બારીઓ ઉઘાડવાની ભલામણને ઘણા નાખુ શથી તેઓ કબુલ કરેછે. દેશી ઓરડો સમજેછે કે પોતાના આજ રો બચાંને તાજ હવા આપવાથી ખરાબ અસર થાયેછે એટલા માટે તેઓ ઓરડાને એક બંધબસત પેટી બનાવેછે; એટલું જ નહીં પણ તે ઓ એમ સમજેછે કે તેથી ભુત બલા દુર રહેછે.

એ ભુત બલાને દુર રાખવાને માટે તેઓ બારીઓ બંધ રાખેછે. બચાંનાં દરેક દરદનું કારણ તેઓ ભુત બલાની અસર સમજેછે અ ને જારે ડાક્ટર પોતાના તરેહવાર ઉપાયો બચાંને સાફ કરવાને કામે લગાડેછે, તારે તે બચાંની અનઘડ માથે ભુત બલાની અસર કહડાવ વાને બરાહમણના મંત્રો ઉપર ભરૂશો રાખેછે. એ ઉપરથી માલમ પડશે, કે એક ઈંગરેજ ડાક્ટરને એક દેશીનાં આજરો ઓરડામાં ઓ ખી હવા લાવવાની આશા રાખીયા આગમજ તેને લોકોના હવાની ખુબીનું અનજાણપણા અને વેહમ ભરેલી બીહીક સાથે લડવું પડ શે; અને જારે ઓખી હવા એક આજરો ઓરડામાં ઘણી જરૂરનીછે તારે જ રીતે તેઓ ઉપર એ બાબદ વીશે અસર કરવામાં આવે તે ઉ પર દરદીને સાફ કરવાને બની આવશે.

બીજા ઓરડાઓમાં પણ ઓખી હવા દાખલ કરવાની ગોઠવણ ઘ ણી ખાંખી ભરેલીછે. એક વખતમાં જાંઠાં ઘણાં માણસો એક ઓ રડામાં એકઠાં થાયેછે અથવા રહેછે તાંઠાંની હવા બીગડીયા વગર રે હેતી નથી. ફેફસાં ખાહેથી બાહેર નીકલેલી કારબાનીક આસીડ હ વાને જો ખોલી રીતે હવા સાથે મલી જવાને બની આવેતોતે કાંઈ પણ હાંની કરતી નથી; પણ જો એક બંધબસત ઓરડામાં એકઠી થા ચેતો તે હવાને ફરીથી દમમાં લેવાને તદ્દન નાલાયેક કરેછે, કાંયેકે એ વી જગામાં જ હવાનું આખશીજન કમતી થયું તેને પુરૂં પાડવાને

માટે જોગવાઈ નથી અને તેથી કારખાનીક આસીડ હવા વધારે એ કઠી થતી જાય છે. “એ બાબદનો, એક દાખલો આપણને કલકતા ના વખણાયેલા ‘બલાક હોલ’ માં મલી આવે છે, કે જાંહાં એક અઠાર ચોરસફીટ માતરે બે નાહાની બારીઓ સાથના ચોરડામાં એક રાતલગી ૧૪૬ માણસોને ઘાંધવામાં આવીયાં હતાં. અહીં આખી સીબિન હવા જ એક માણસને માટે પણ પુરતું નહીં હતું તે પુશક લ માણસોના ખપને માટે કામમાં આવીયું. બીચારા બંદીવાંનાને એથી ઘણું સોશવું પડીયું અને સહુવાર પડતાં માતરે ૨૩ જણ સીવાએ સઘલાં મરણ પામીયાં. એ ૨૩ માટેથી પણ કેટલાએક ખરા બ તાવ આવીયાથી મરણ પામીયા.”

હું એમ નથી કેહેવા માંગતો કે દરેક હીંદુનું ઘર એક નાહાનું બલાક હોલ છે, પણ આ વાત ના કેહેવાઈ શકાશે નહીં કે તનદરોસ તીના કાયેદાથી ઉલટી રીતે એ ઘરો ખીઓખીચ ભરેલાં હોય છે, કે દર રેહેવાસીને ભાયેગે ૪૦૦ થી તે ૫૦૦ કીચુબીક ફીટ હવાની જગા મલતી હોયે. આ કુટુંબનો મેલાવરાથી દેશીઓની કુરના સગાંઓ દારફ પેયાર સંબંધી ખુબી બતલાવે છે ખરી, પણ તનદરોસતીની રાહે જોતાં ઘરમાં ગરદી કીધાથી ઘણાજ ખરાબ જાતના દરદો ઉતપણ થાય છે. દેશી લોકોના ઘણાખરા ઘરોનું કદ તથા ભરત જોતાં રેહેવાસીઓને માટે તે તદન નાલાયેક છે; પણ જરે તેઓની બાંધણી અંને હવા આવજવ થવાના રસતા ઉપર ઘેવાન આપીયે છે તો તેઓ સો ઘણે દરજે ખરાબ હાલતમાં છે. એક દેશી ઘરનાં ઘણું કરીને બે ભાગ હોય છે, એક બાહરનો અને એક અંદરનો ભાગ; બાહરનો ભાગ બેઠમાં મોહોયે હોય છે, તેમાં માતરે મરદોને માટે બેસવાનો અંને લોકોની મુલાકાત લેવાને માટે ચોરડો, ખુજપાતરીને માટે એક હોલ અથવા દેવાન, અને નાચ રંગને માટે એક બોલો વાહો હોય છે. એ ચોરડાઓ ધરધણીના સંપજ અને વીચાર પરમાણુ વધારે અથવા ઓછા હવાના અથવા કદના હોય છે. પણ એ ચોરડા ઓથી દુર અને દેવાનની પછવાડે અંદરનાં ચોરડા હોય છે, તેમાં બેઠ ગાલી કુટુંબની ચોરડો—આપણી માએ, બાયેડી, છોકરી અને ન—ટુકાંમાં આપણા કુટુંબના સઘલાં વાહાલાં એ ચોરડામાં એ આ જ જાતનાં બાનું અથવા અંતકરને નામે ચોલખાય છે.

છે. સઘલાં બારીબારણાના આંધરાં તથા ફાટ રૂઢ, કાગળ અથવા ચી થરાંથી પુરી દેવામાં આવેછે કે જ્યથી બાહેરની હવા અંદર આવવાને અથવા અંદરની ગરમ હવાને બાહેર નીકલવાને તદ્દન મુશકેલછે.

એક ઈંગરેજ ડાક્ટરને એક દેશીના આજરો ઓરડામાં પેસતાં જ નાખુશ લાગેછે. એક બંધબસત ઓરડાની ખરાબ હવાથી થું પરીણામો નીપજેછે તે વીશે જો તે ચેતવણી આપેછે તો તે માણતા નથી અને એવી ખરાબ હવાના દમ લીધાથી આજરો માણસને બં આવવાને માટે ઓરડાની બારીઓ ઉઘાડવાની લલામણને ઘણા નાખુ શથી તેઓ કબુલ કરેછે. દેશી ઓરડો સમજેછે કે પોતાના આજ રો બચાંને તાજી હવા આપવાથી ખરાબ અસર થાયેછે એટલા માટે તેઓ ઓરડાને એક બંધબસત પેટી બતાવેછે; એટલું જ નહીં પણ તે ઓ એમ સમજેછે કે તેથી લુત બલા દુર રહેછે.

એ લુત બલાને દુર રાખવાને માટે તેઓ બારીઓ બંધ રાખેછે. બચાંનાં દરેક દરદનું કારણ તેઓ લુત બલાની અસર સમજેછે અને જોરે ડાક્ટર પોતાના તરેહવાર ઉપાયો બચાંને સાફ કરવાને કામે લગાડેછે, તારે તે બચાંની અનઘડ માએ લુત બલાની અસર કહડાવવાને બરાહમણના મંતરો ઉપર ભરૂશો રાખેછે. એ ઉપરથી માલમ પડશે, કે એક ઈંગરેજ ડાક્ટરને એક દેશીનાં આજરો ઓરડામાં ચો ખી હવા લાવવાની આશા રાખીયા આગમજ તેને લોકોના હવાની ખુબીનું અનજાણપણા અને વેહમ ભરેલી બીહીક સાથે લડવું પડ શે; અને જોરે ચોખી હવા એક આજરો ઓરડામાં ઘણી જરૂરનીછે તારે જ રીતે તેઓ ઉપર એ બાબદ વીશે અસર કરવામાં આવે તે ઉ પર દરદીને સાફ કરવાને બની આવશે.

બીજા ઓરડાઓમાં પણ ચોખી હવા દાખલ કરવાની ગોઠવણ ઘ ણી ખાંખી ભરેલીછે. એક વખતમાં જાંડાં ઘણાં માણસો એક ઓ રડામાં એકઠાં થાયેછે અથવા રહેછે તાંડાંની હવા બીગડીયા વગર રે હેતી નથી. ફેફસાં બાહેથી બાહેર નીકલેલી કારબાનીક આસીડ હ વાને જો ખોલી રીતે હવા સાથે મલી જવાને બની આવેતો તે કાંઈ પણ હાંની કરતી નથી; પણ જો એક બંધબસત ઓરડામાં એકઠી થા ગેતો તે હવાને ફરીથી દમમાં લેવાને તદ્દન નાલાયેક કરેછે, કાંઈકે એ વી લગામાં જ હવાનું આખરીજેન કમતી થયું તેને પુરૂં પાડવાને

માટે જોગવાઈ નથી અને તેથી કારખાનીક આસીડ હવા વધારે એ કઠી થતી જાય છે. “એ બાબદનો, એક દાખલો આપણને કલકતાના વખણાયેલા ‘બલાક હોલ’ માં મલી આવે છે, કે જાંહાં એક અઠાર ચોરસફીટ માતરે બે નાહાની બારીઓ સાથના ચોરડામાં એક રાતલગી ૧૪૬ માણસોને ઘાંધવામાં આવીયાં હતાં. અહીં આખ સીબ્બન હવા જે એક માણસને માટે પણ પુરતું નહીં હતું તે પુશકલ માણસોના અપને માટે કામમાં આવીયું. બીચારા બંદીવાંને એથી ઘણું સોશવું પડીયું અને સહવાર પડતાં માતરે રૂઝ જણ સી વાએ સઘલાં મરણ પામીયાં. એ રૂઝ માહેથી પણ કેટલાએક ખરા બ તાવ આવીયાથી મરણ પામીયા.”

હું એમ નથી કેહેવા માંગતો કે દરેક હીંદુનું ઘર એક નાહાનું બલાક હોલ છે, પણ આ વાત ના કેહેવાઈ શકાશે નહીં કે તનદરોસતીના કાયદાથી ઉલટી રીતે એ ઘરો ખીઓખીચ ભરેલાં હોય છે, કે દર રેહેવાસીને લાયેજે ૪૦૦ થી તે ૫૦૦ કીયુબીક ફીટ હવાની જગા મલતી હોયે. આ કુટુંબનો મેલાવરાથી દેશીઓની દુરના સગાંઓ દરક પેયાર સંબંધી ખુબી બતલાવે છે ખરી, પણ તનદરોસતીની રાહ જોતાં ઘરમાં ગરદી કીધાથી ઘણાજ ખરાબ જાતના દરદો ઉતપણ થાય છે. દેશી લોકોના ઘણાખરા ઘરોનું કદ તથા ભરત જોતાં રેહેવાસીઓને માટે તે તદ્દન નાલાયેક છે; પણ જરે તેઓની બાંધણી અને હવા આવજવ થવાના રસતા ઉપર ઘેવાન આપીયે છે તો તેઓ સો ઘણે દરજે ખરાબ હાલતમાં છે. એક દેશી ઘરનાં ઘણું કરીને બે લાગ હોય છે, એક બાહેરનો અને એક અંદરનો લાગ; બાહેરનો લાગ બેઉમાં મોહોટો હોય છે, તેમાં માતરે મરદોને માટે બેસવાનો અને લોકોની સુલાકાત લેવાને માટે ચોરડો, પુજપાતરીને માટે એક હાલ અથવા દેવાન, અને નાચ રંગને માટે એક બોલો વાડો હોય છે. એ ચોરડાઓ ઘરધણીના સંપન્ અને વીચાર પરમાણે વધારે અથવા ઓછા હવાના અથવા કદના હોય છે. પણ એ ચોરડાઓથી દુર અને દેવાનની પછવાડે અંદરનો ચોરડો હોય છે, તેમાં બંગાલી કુટુંબની ચોરડો—આપણી માએ, બાયેડી, છોકરી અને બેટન—ટુકાંમાં આપણા કુટુંબના સઘલાં વાહાલાં એ ચોરડામાં વસે છે, જે જનાનખાનું અથવા અંનતકરને નામે ઓલખાય છે. એ ઓ

રડાઓ ઘણીજ સંભાલ અને તનવીનથી બાંધવામાં આવેછે. જેમ અને તેમ થોડી બારીઓ મુકવામાં આવેછે અને તેઓ જાહેર રસતા ઉપર અથવા પડોશીના ઘર તરફ આવે નહીં એવી સંભાલ લેછે, અને એમ કીધાથી તડકું અને પવનને જેમ અને તેમ બંધ કરવામાં આવેછે. પણ એ ઓરડા માતરે ઓરતોને માટેજ નથી. ઘરના મરદો પોતાના દોસતદારો સાથે મોજમજાહ કીધા પછી અને પોતાના હુકો જે સઉથી વધારે પેયારોછે તે પીધા પછી, એ ઓરડાઓમાં એક ગરમ બીછાના ઉપર તથા ગલીચ હવાના તથા એક અંધારા ધુ માડાથી ભરેલા ઓરડામાં ઉંઘવાને માટે જાયછે. એવા ઓરડામાં ઉંઘથી જીવને ભેર તથા મુખ મલીયાને બદલે ઉલટી બેકરારી અને ન બલાઈ પેદા થાયછે અને તેથી દરદોનું બીજ પેવસ થાયછે. ધુમાડી થાં વગરના બખરચીખાના આ રહેવાના ઓરડાઓમાં બનાવવામાં આવેછે, અને તે સાથે બખરચીખાનાને સઘલી જાતનો કચરો ના ખવાની જગા જેને આસટાકુર કરીને કેહેછે તે પણ તેમાંજ આવેછે. ગલીચ પાણી અને કોહતી વનસપતીથી હવા કેટલી બીગડેછે તેનો ખેયાલ સેહેલથી થઈ શકેછે. હાલ દરેક જાણુ કબુલ કરેછે કે એ હવાની ગલીચી ખરેખર જોહેરછે કે જે દમમાં જયાથી તાપ અને બીજા ખરાબ મરજી લાગુ પાડેછે. એ ગટરો માહેથી નીકલતો બદખો ગમે તેવી સાબુત હોજરી હોયે તેને ઉબક લાવેછે અને ગમે તેવા તનદરોસત બાંધાને બીગડેછે. એ સાથે ધીકારવાં જોગ વાડાઓછે, અને ઘણી વેલા એક વાડો આખા કુટુંબને કામ લાગેછે. તેઓ કદાચજ સાફ કરવામાં આવેછે અથવા કદી પણ સાફ કરવામાં આવતા નથી અને તેથી દરદ અને દુખનું કારણ થઈ પડેછે. કેટલાએક જાણુ કસર સમજીને વાડાઓની હેઠવાસમાં કુવાઓ ખોડેછે, કે જેમાં પેહુડી દત્ત પેહુડીની ગલીચી દાખલ થાયછે. હાલ સઘલાને જાણીતું થયુંછે કે દરેક જાતના તલાવો અને કુવાઓ ઘરની પડોશમાં અથવા હેઠવાસમાં ઘણા ધાસતી ભરેલાછે, કાંયેકે જો તે પાણીમાં ચાલુ ફેરફાર થતો નથી તો તે માહેથી બદખો નીકલેછે. પણ એક દેશી ઘરની સાથે, ઓરતોના ઓરડાઓની પડોશમાં એક તાંકી બાંધવામાં આવેછે કે જેમાં ઓરતો નાહેછે, રાંધવાના વાસનો ઘાયેછે અને તે માહેનું જ પાણી રાંધવામાં અને પીવામાં કામે લાવેછે. એ તાંકીઓ ખબો

ચીયાથી વધારે બેહેતર નથી, કે જેમાં દરેક જાતનો કચરો અંદર દાખલ થાય છે અને ઘણે વરસે એક વખત પણ એ ગંધાતો કચરો બાહર કાઢાડવામાં આવતો નથી; અને તેમાં ઘણી ખરાબો થાય છે એ નો કોઈને ખ્યાલ પણ નથી; તોયે પણ એ રીતે પંથરાતી ગંભીર હવાથી ઘણા ખરાબ પરીણામ નીપજે છે. હાલ દેશી લોકોના ઘરોની બાંધણીમાં ગનાનનો ફેલાવો થયાથી અને તનદરોસતીના કાયદાઓ સમજાયાથી ફેરફાર થતો જાય છે. સઘલી બાજુ ઉપર જાંહાં નવાં ઘરો બાંધાય છે તાંહાં સફાઈ અને હવાના આવજાવ ઉપર વધારે ધ્યાન આપાયેલું જણાય છે; પણ હજુર આપણા “મેહેલોના શેહેર” માં જુની બાંધણીના અસલી ઘરો પુશકલ જેવામાં આવે છે અને જે તેઓ મોટા તોફાણમાં દરીયામાં ધસડાઈ જાય તો કુનીયાને કાંઈ પણ તોટો થાય નહીં.”

(સાંધણ છે.)

પરચુટણ.



મુંબઈમાં જાંતેવારી મહીનામાં મુખીય રોગોથી મરણ આવી એ જણાવીયા પરમાણે નીપજ્યાં હતાં.

૫ મી, ૧૨ મી, ૧૯ મી, ૨૬ મી તારીખ એકંદરે સુધીમાં.

| | | | | | |
|------------------|------|------|-------|-------|------|
| કોલારા..... | ૪૧— | ૩૯— | ૩૭— | ૨૦ = | ૧૩૭ |
| સહીયેડ..... | ૧૩— | ૮— | ૧૪— | ૩૪ = | ૬૯ |
| ગોવર્ધ..... | ૨— | ૫— | ૯— | ૬ = | ૨૨ |
| તાપ..... | ૮૫— | ૯૫— | ૧૧૬— | ૯૫ = | ૩૯૧ |
| ખીજાં દરદો. ૧૬૮— | ૧૬૪— | ૨૧૦— | ૧૭૮ = | | ૭૨૦ |
| | ૩૦૯— | ૩૧૧— | ૩૮૬— | ૩૩૩ = | ૧૩૩૯ |

એટલે દરરોજ નજીક ૪૮ મરણ નીપજ્યાં હતાં. કોલારાનો મરણ જોકે ફેલાયેલો છે તોયે પણ તેનું જોર નરમ પડતું માલમ પડે છે; તેમ ખીજા હાથ ઉપર સહીયેડનો રોગ વધારે ફેલાતો નજરે પડે છે. ગોવર્ધનો મરણ કાંઈ તદ્દન નાબુદ થયો નથી.

મુંબઈ ઇલાકામાં ગઉશીતલાનો ફેલાવો.—મુંબઈ ઇલાકામાં ગઉશી તલા મુકવાને માટે તેના ૮ ભાગ કીધાછે અને દરેક ભાગ ઉપર એક ડાકટ રને ઉપરી ડરવીયોછે અને એ સઘલાઓ ઉપર એક સરદાર ઉપરી થોડુંજ થ યું નેમવામાં આવીયોછે. એ આઠ ભાગનો વેચાસ ૧૧ થી તે ૫૩ હજાર ચારસ માઈલ લગીનોછે. સઘલી મલીને પોણામે કરોડની વસતી ગણાયેછે. ૧૮૬૩ થી તે ૬૭ લગીમાં સઘલાં મલીને વસતીના દશમાં ભાગને ગઉશીત લા મુકવામાં આવીયા હતા.

મુંબીયા.

ગઉશીતલા

કાહાડનારા.

૧૮૬૩૦૦ ૨,૬૭,૯૯૫૦૦૦ ૨૦૩

૧૮૬૪૦૦ ૩,૩૨,૮૯૪૦૦૦ ૨૧૮

૧૮૬૫૦૦ ૩,૫૮,૧૭૮૦૦૦ ૨૪૫

૧૮૬૬૦૦ ૩,૭૯,૪૯૭૦૦૦ ૨૬૩

૧૮૬૭૦૦ ૩,૯૧,૪૧૫૦૦૦ ૨૭૦

૧૭,૨૯,૯૭૯

મુંબઈ શહેરમાં આ સદીની શરૂઆતે એ રસતે ગઉશીતલા દાખલ કરવા માં આવીયા હતા; એક કેપહોપ શુડહોપને રસતે આવતાં વાંઠાંણમાં લશ કરોથી ચાલુ રાખીને અને ખીજું બગદાદને રસતે લાવવામાં આવીયું હતું. એ એક ગમથી આવેલી રસી સારી અને કારગત લાગી હતી. હાલ જે રસી વાપડવામાં આવેછે તે એ અસલ એ માહેનીછે કે નહી તે કેહેવાઈ શકા તું નથી; પણ ઘણું કરીને નહી હોશે, કાંચેકે થોડાં વરસ થયાં વારંધડીએ ઇંગલંડ, સ્કોટલંડ, અને જરમનીથી રસી લાવવામાં આવી હતી અને તે આપ્પા ઇલાકામાં ફેલાયી હતી. હાલ જે રીતે મુંબઈ ઇલાકામાં ગઉશીતલા મુકવામાં આવેછે તે અછી રીતે પાર પડીછે અને તે રીત હાલ આપ્પા હીંદુસ્થાનમાં લાગુ પાડીછે. એ રીતમાં મુંબીય બાબદ એછે કે ગઉશીતલા કાહાડનારાનો મોટો ભાગ કાયેદાસર એક ગામથી ખીજા ગામમાં ફરીયા કરેછે અને એક ઉપરી ડાકટર કે જે વરસાદની મોસમ સીવણે આ ખુ વરસ ફરીયા કરેછે તેને હાથ તલે તેઓ કાંમ કરેછે. જરૂર ફેરી ઉપર હોયેછે તારે ઉપરી દરેક ગઉશીતલાની રસી, નીશાણુ તપાંસી જીવેછે; ઘણુંકરી ને સઘલાંને એક જણના હાથ ઉપરથી રસી કાહાડીને ખીજામાં મુકવામાં આવેછે અને તેથી ઘણુંકરીને તેનું પરીણામ સાફજ નીપજેછે. જો રસી ખીગડેછે, તો કાચની નલીમાં ભરેલી રસી વાપડેછે અને પાછું આગલ પરમાંણે કામ ચલાવેછે. એ નલી દાખલ થયાં આગમજ એવી વખતે ઘણી મુશ્કેલી પડતી હતી; પણ તે હવે તદન મટી ગઈછે. આગલ જરૂર રસી ખીગડી જતી

હતી તોય પણ ગઉશીતલા કાહાડનારા પોતાના ઉપરીનો દર કરીને અને રખે ને દંડ કરવામાં આવે કરીને તેજ ખીગડલી રસી વાપડીયા કરતા હતા; હાલ એ નહીંઓ દાખલ કીધા પછી તેઓ પોતાની રસી ખીગડછે તો લાગલા નહીં માંગવાને ચુકતા નથી. સેહેજ ખીગડલી રસી પાછી સુધરી શકેછે, પણ તેને સુધારવામાં કેટલાંએકને ગઉશીતલાનો ખરાબર ફાયદો મલતો નથી; ઘણાં કા રણોને લીધે એ નહીંઓ હીંદુસ્થાનને એક ખરી આશીરવાદ થઇ પડીછે.

જોકે વધિક ખાતાં માહેથી સરકારને વારમવાર ધંશારો કરવામાં આવીયો કે ધારો પસાર કરીને સહીયડ રોગની રસી મુકવાથી લોકોને અટકાવે, અને ગ યે વરસના સીંધ ખાતાંના રીપોરટમાં તાંહાંના ઉપરી ડાકટરે જણાવીયુંછે કે તાંહાં સહીયેડની રસી લોકો હજુ ઘણી લાગુ પાડેછે, તોય પણ સરકારે તે ઉપ ર ધેયાન પોંહ્યાડીયું નથી. અજબછે કે જરે બંગાલની સરકારે સહીયેડ રોગની રસી મુકવાનું એક ગુનાહની માફક દાખલ કીધુંછે, તારે મુંબઈ સરકાર હજુર એ બાબદમાં પછાત રહીછે.

કેટલાએક ઉપરીઓએ થોડું થયું એવો વીચાર જણાવયોછે કે ગઉશીતલા વીશે એક ધારો પસાર કરવાનો વખત હવે નજદીક આવીયોછે; પણ સરકાર એ બાબદમાં હાલ કાંઈ પગલું ભરે એવું લાગતું નથી, જોકે વગર શકે કોઈ દાહાડે પણ થશે ખરું. મુંબઈ ટ્રાપુ અને શેહેરને માટે એ વીશે ધારો પસાર કરવાને માટે હીજ રાખવાનું કાંઈ કારણ દીશતું નથી; અને તાંહાંના ઉપરી ડાકટરે એ વીશે પોતા તરફથી મજબુત ભલામણ કીનીછે; તે કેહેછે કે લોકોના ધરમને તે જરા પણ આડે આવશે નહીં. તે ડાકટર પોતે ખરાહમણુએ અને અઠાર વરસના અનુભવ પછી તેને વંધારે અછી માહીતગારી હોવી જોઈ યે. તોય પણ સરકાર એવી બાબદમાં જલદીથી કાંઈ પગલું ભરે એવું લાગતું નથી અને ગઉશીતલાને માટે ધારો પસાર કરવાને ઘણો વીલમ લાગશે—પણ એક વાત ચોક્કસછે કે તે ઘણો જલદીથી પસાર નથી થવાનો.

જોકે ગઉશીતલા વીશે કાંઈ ધારો નથી તોય પણ મુંબઈની ગઉશીતલા મુકવાની ક્રીત ઘણી અછી રીતે પાર પડીછે અને તે સાથે ઉપરી અને ગઉશીતલા મુકનારાઓને પણ સાખાશી ઘટેછે કે તેઓ હજારો માધલ ઉપર જંગલી લોકોમાં ડાકટર જેનરની સોધનો લાભ મોહોટી મેહેનત લેધને ફેલાવેછે અને જાણ કરેછે.

(લાનસેટ.)

ચર્યા પતરીગોને ખખર.

ઘશક—તાવના રોગમાં દુધ ખાવાની કાંઈ શીકર નથી. એ રોગમાં ધીધ પચી શકતું નથી.

દેશી વધદો કેહેછે કે ઘાહ ઉપર ખાંડ, દુધ, સકર ખાયેતો ઘનુર વા થાયે એ વીચાર ગલતછે.

પાણી અથવા અનાજમાં ધુલ આવીયાથી તે ગલાયેતો કાંઈ નુકસાની કર તું નથી; તે જાહાડાને રસતે પાછી પડેછે. ધુલ જો દમમાં જાયેછેતો તે નુક સાનકારકછે.

રાતની વેલાએ પુશકલ પીશાબ અને વારેઘડીએ છુટેછે તેનું કારણ તમેજ કહોછો તેમ સુતી વખતે પુશકલ પાણી પીધાને લીધેછે. વલી થંડીના દીવસો ઉપર પીશાબ હમેશાં વધારે છુટેછે, કાંચેકે તે વખતે પસીનો ઘણો થોડો છુટેછે.

પીશાબનો રંગ બદલાયા કરેછે તેનું કારણ હોજરીની પાચન શક્તી ઉપર આધાર રાખેછે.

સવપણવશ—સવપના વીશે જોગવાઈએ સમજાવશું.

નાહી રહેયા પછી માંથાને અછી રીતે નુછીયા છતાં પણ તમને સરકમ થાયેછે, તેનું કારણ તમારા માંથાના બાલ ગમે તેવા નુછો પણ તેમાં પાણી રહે છે અને જો માથું પવનમાં ઉઘાડું રહેતો તમને સરકમ થઈ આવીયા વગર રહે નહીં.

મંજન વાપડીયા છતાં તમારા પારા માહેથી લોહીની છારી નીકળેછે તે ન બલા પારા હોવાથીછે. મંજનમાં ઠાનીનનો ભાગ વધારે લેવો.

તંનદરોસતી.

મારચ ૧૯૬૯.

કચરાના પેટારા.

મુંબઈ શેહેરને એબ લગાડનારી ચીજોમાં આજ બે વરસ થયાં એક બીજી ચીજ ઉમેરાઈ છે અને તે કચરો નાખવાને માટે પેટારા એ છે. હરેક ગલીમાં પેસતાં આપણી નજરે એક કમકમાટી ભરેલો દેખાવ નજરે પડે છે અને આપણા નાક ઉપર એક ગંધોલો વાસ એવો આવે છે કે તરત આપણા નાક ઉપર રૂમાલ વીટાલી લેવો પડે છે. રસતા ઉપરની ધુલથી તે જનવરોનું છાણ અને મુલેલાં ફૂતરાં બીલાડાં વતીક તેમાં નાખવામાં આવે છે; અને એવા પેટારા માં હોય તો બાક નીકલે છે તે આપણી નજરે પડે છે અને તે આસપાસની હવાને કેટલી બીગાડતી હોય તેના ખેયાલ સેહેલથી થઈ શકે છે. એ પેટારાઓ ગલીઓને નાકે અથવા હરેક ઘરનાં ખુણામાં ગોઠવી દેવામાં આવીયા છે અને તેથી જ અડચણ ગાડી ઘોડાઓને અને માણસોને આવતાં જતાં થાય છે તે એક મેરે રહીયું; પણ એ પેટારાઓ ઘણું કરીને કોઈ ઘરની બારીની બરાબર હેડલ આવેલાં હોય છે અને તેથી સારો દીવસ તે ઘરના રહેવાસીને કચરા અને ગલી ચીનો બદલો લેવો પડે છે અને તેઓ પોતાની તનદરોસતી કેમ ભોગવી શકે તેના ખેયાલ થઈ શકતો નથી. જરે એ પેટારાઓ પેહલાં ગોઠવવામાં આવીયા હતા તારે તેઓ વીશે લોકોએ ઘણી ફરીયાદ ઉઠાવી હતી અને કમીશનરને એ પેટારાઓ જાંહાંથી ફરીયાદ થઈ તાંહાંથી કાઢાડી નાખવાની ફરજ પડી હતી; પણ કેટલાએકો, એવું શમજીને કે તેઓની ફરીયાદ કોઈપણ સાંભળનાર નથી, તેઓએ

મુગે મોહોડે એ જીલમ ખમીયા કીધો અને હાલ શુધી ખમેછે. એ પેટારાઓ જારે મુકવામાં આવીયા તારે એવો વીચાર હતો કે જે કચ્છરો અને ગલીચી દરેક ઘરને બારણે જોવામાં આવેછે અને તેથી આસપાસની હવા બીગડેલી રહેછે, તેના હવેથી એક જગા ઉપર ના ખીયાથી અટકાવ થશે; પણ અંજમાયશ ઉપરથી માલમ પડીયું છે કે એ બધા દુર થઈ નથી; જે ગલીચી છુટી છુટી રસતાઓમાં પડતી હતી, તે હવે એકદમ એક જગામાં એકઠી થાયછે. જે જોડેર આગલ છુટું છુટું પડતું હતું તે હવે એક જગામાં એકઠું કરવામાં આવેછે. કોહેલી અને કોહોતી વસતુઓ જોડેલી છુટી રહેયાથી નુકસાની કરેછે, તે કરતાં જારે તે એકઠી કરવામાં આવેછે તારે દશ ઘણી રીતે તેનું નુકસાની કરવાનું જોર વધેછે, અને જોકે તેથી પુશકલ રાહાદારીઓને તથા પુશકલ ઘરોના વસનારાઓને સુખ થયું છે, તોયપણ તેઓની સઘલી પીડા મોહોલાના એક બે ઘરો ઉપર આવી પડેછે. પણ તેથી કરીને તેઓ થોડાઓ ઉપર પીડા નાખીને બંચી જતા હોયે એવું નથી; એ ગલીચીથી જે ભુરા ઉડતાં મરજો પેદા થાયછે તે પેહેલાં થોડા જણને અને પછી તેઓ ઉપરથી આસપાસના પડોશીઓને લાગુ પડેછે. સુધરેલા દેશમાં દરેક ને પોતાની તનદરોસતી સંભાલવાનું છુટાપણું હોયેછે, કોઈને તાંકા ત નથી કે પોતાની ગલીચી પડોશીને બારણે નાખી આવે; એટલું જ નહીં પણ પોતાને તાંકાં પણ કાંઈ પાંચુ જાતની ગલીચી કરવાની તાકાત નથી કે જોથી પડોશીને કાંઈ પણ રીતે અવગુણ થાય. જારે દરેક સુધરેલાં શેહેરનો એવો મામલો છે તારે અજાયબ જોઈએ કે આપણી તનદરોસતી જાલવનારો હોધેદાર દરેક ઘરની ગલીચી એકઠી કરાવીને એક જગા ઉપર નખાવે ! જારે દરેક જણને સતાછે કે જે ઘણી પોતાને બારણે ગલીચી કરે તેને માજીસટરેટ આગલ ઘસડી લેઈ જઈને શી ખશા કરાવે, તારે એવા પેટારા પોતાને બારણેથી કહડાવી નખાવવા ને દરેક ઘરઘણીને સતાછે.

ખરૂં છે કે એ પેટારાઓ દીવસમાં બે વખત ખાલી કરવામાં આવેછે; પણ જોવા ખાલી થાયછે તેવા પાછા ભરાતા જાયછે અને તેથી સારો દીવસ તે માહેથી બદળે પંથરાતો રહેછે, એટલા માટે જે મતલબથી એ પેટારાઓ મુકવામાં આવીયા તે મતલબ બરાબર જલવા

ઈ શકાતી નથી. વલી એ પેટારાઓ ઘણા દુર દુર મુકીયાથી દરેક ઘર ના લોકોથી તેમાં દરરોજ કચરો નાખવાને બની આવતું નથી; કેટલાંએકો બેધરક ઘર માહેનો કચરો રસતાઓ ઉપર નાખેછે; અને કેટલાંએકો પોતાના ઘરમાં ઘણા દાહાડા લગી એકઠો કરીને પછી એ કદમ પેટારામાં નાંખેછે.

પણ જરે પેટારા ખાલી કરવામાં આવેછે તારે તે માહેથી બદખો નીકલેછે, તેના બેચાલ જ લોકોને તે નાકે પડેછે તેઓજ બરાબર સમજેછે. વલી જ રીતે ગાડાંઓમાં ભરીને લેઈ જવામાં આવેછે તે ખરેખર ધીકારવાળેગછે. ગાડાંઓ એટલાંતો ભરી નાખેછે કે જમ તે ચાલતું જાયેછે તેમ તેમ થોડો થોડો કચરો રસતામાં પડતો જાયેછે. કોઈ વેલા ગાડાંની પછવાડેનું પાટીયું નીકલી જાયેછે અને પુશકલ કચરો રસતા ઉપર પડેછે. તે સાથે એ ગાડાં માહેથી નીકલતો બદખો આવે રસતે પંથરાતો જાયેછે, અને તેથી રાહાદારીઓને કાંઈ થોડું સોસવું પડતું નથી.

પેટારાઓની રીત દાખલ થઈ તેની આગમન લોકો રસતાઓ ઉપર કચરો નાખતા હતા અને ગાડાંઓમાં મીયુનીસીપલ ખાતાંના માંણસો ભરીને લેઈ જતા હતા. એ પછી લોકોને રસતાઓ ઉપર કચરો નાખવાથી બંદી થઈ અને જાંહાંસુધી મીયુનીસીપલ ખાતાંનાં ગાડાંઓ કચરો લેવાને આવે નહી તાંહાંલગી એ કચરો ઘરમાં અને ઘરને આંગણે એકઠો કરવાની ફરજ પાડી હતી. એ રીતથી ઘણી વેલા ગાડાંઓની વાર જોતાં લોકોનો વખત જતો રહેતો હતો અને ઘણી વેલા ગાડાં પસાર થઈ જાયે તોયેપણ તેની નીશાણી માલમ પડતી ન હતી અને તેથી લોકો કંટાલીને ઘરમાંજ કચરો એકઠો કરી રાખતાં હતાં. પેટારાઓ દાખલ કીધા પછી લોકો રસતામાં કચરો નાખવાને અટકીયાં હોયે એવું લાગતું નથી અને જ રીતે પેટારાઓ હાલ મુકવામાં આવીયાછે તે તદ્દત નકામા, એટલુંજ નહી પણ વધારે અવગુણ કરનારા થઈ પડીયાછે.

મુંબઈ શેહેરમાં ૫૦૯ રસતા તથા ગલી ગુચીઓછે અને એ રસતાઓ ઉપર ૪૯૦ પેટારાઓ ગોઠવવામાં આવીયાછે. રસતાની સરી સરી પોહોલાઈ ૨૪ ફીટછે અને સરાસરી લંબાઈ ૩૪૩ વારછે. એ ઉપરથી માલમ પડેછે કે દર મોહોલા તથા રસતામાં એક પેટારો ગોઠ

વવામાં આવીયોછે અને ઘણાખરા રહેવાશીઓને ઓછામાં ઓછા ૧૫૦ વાર ચાલીને પેટારામાં કચરો નાંખવાને બતી આવેછે.

લંડન શેહેરમાં પણ અહીંની મીસાલે રસતાઓમાં પેટારાઓ મુકવામાં આવીયાછે, અને તાંહાંનાં લોકો પણ વારંઘડીએ એ વીશે ફરી યાદ ઉઠાવેછે. પારીસ શેહેરમાં રાતની વખતે રસતાઓ ઉપર લોકો કચરો નાખેછે અને તે જલદીથી ઉંચકી લેઈ જવામાં આવેછે. હાલ પારીસમાં પેટારાઓ બનાવવામાં આવીયાછે પણ તેઓ ઉઘાડા રાખવામાં નથી આવતા પણ તેઓને મથાલે લોહોડાંતી ગરાર કરી લેવામાં આવેછે અને તે ગરારને રસતે સઘલો કચરો નાખવામાં આવેછે. ગરાર મુકીયાથી ધુલ અને બારીક કચરા સીવા એ કાંઈ પણ બીજી વસ્તુ જેમ કે ઘાસ, છાન, મુલેલાં કુતરાં, બીલારાં નખાઈ શકાતાં નથી. દરરોજ એ ગરારનું બારણું ઉઘાડીને એ ધુલ તથા બારીક કચરો ગાડાંઓમાં ખાલી કરવામાં આવેછે.

જરે પેટારાઓથી એટલો બધો અવગુણુછે તારે તેનો ઉપાયે જલદીથી લેવાની ઘણી જરૂરછે. બીજો કાંઈપણ વધારે સારો ઉપાયે માલમ પડે નહી તાંહાંસુધી કચરો માતરે રાતની વખતે રસતા ઉપર નાખવા દેવો અને રાતોરાત એ કચરો સાફ કરીને ગાડાંઓમાં ભરીને લેઈ જવો. હાલ જે સહુવાર સાંહાંજ રસતાઓ સાફ કરવામાં આવેછે, તેને બદલે માતરે રાતના એકજ વખત રસતાઓ સાફ કરવામાં આવે તો ઘણો ફાયદો થશે; અને એથી હાલ જે થોડા રસતાઓનીજ માતરે દાદ લેવાયેછે તેને બદલે સઘલા રસતાઓ અને ગલીગુચીઓ સાફ કરવી પડશે અને તેથી હાલ કરતાં શેહેર માટેથી ગલીચી વધારે દુર થશે તેમાં કાંઈ શક નથી. ગાડાંઓનો પણ બંદોબસત કરવો જરૂરછે. ગાડાંઓને મથાલે હુમેશાં ઢાંકણુ કરી લેવું જરૂરછે કે જ્યો એકઠો થયેલો બદખો બાહર હુવામાં પંથરાયે નહી.

જે લોકો દીવસની વખતે રસતાઓ ઉપર કચરો કરે, એટલુંજ નહી પણ જે લોકો પોતાના ઘરમાં એટલો કચરો એકઠો કરી રાખે કે જ્યો તેઓની તથા પડોશીઓની તનદરોસતીમાં બીગાડો થાયે, તેઓને પણ શીખશા કરાવાની ચોકસી કરવી જરૂરછે.



મુંબઈ શેહરમાં મરણ.

જુદી જુદી જાત.

મુંબઈ શેહરમાં થતાં મરણની નોંધ કરતાં એક અગતની બાબદ એ છે કે જુદી જુદી જાતમાં તેઓની વસતી પરમાણુ મરણ એકસરખાં કે વધુ અથવા ઓછાં થાય છે, તે જાણવાની જરૂર છે; કાંયેકે તે ઉપરથી તેઓની સંસારી તેમ તનદરોસતીને લગતી હાલત માલમ પડી આવે છે. ૧૮૬૦ થી તે ૧૮૬૭ લગીમાં (૧૮૬૬ ના વરસ સીવાય) સરાસરી આ નીચે જણાવીયા પરમાણુ જુદી જુદી જાતમાં મરણ નીપજ્યાં હતાં.

| | ૧૮૬૪ માં વસતીનું પરમાણુ | ૧૮૬૦ થી ૬૭ ની સરાસરી મર ણનું પરમાણુ. | ૧૮૬૩-૬૪-૬૫ માં પરમાણુ. | ૧૮૬૭ માં પરમાણુ. |
|----------------|----------------------------|--|---------------------------|---------------------|
| : હીંદુ..... | ૭૧.૭ | ૬૪.૭ | ૬૬.૬ | ૬૩.૭ |
| મુસલમાન.... | ૧૮.૧ | ૨૩.૬ | ૨૩.૨ | ૨૪.૮ |
| પારસી..... | ૬.૦ | ૫.૧ | ૪.૧ | ૫.૪ |
| ગામઠી કરીસ૦ | ૨.૪ | ૩.૧ | ૨.૭ | ૩.૩ |
| ઈનડો યુરોપ૦.. | ૦.૨ | ૦.૨ | ૦.૨ | ૦.૨ |
| યુરોપીયન. | ૧.૦ | ૧.૭ | ૧.૬ | ૧.૪ |

એ ટીપ તપાસતાં માલમ પડે છે કે હીંદુ લોકોમાં વસતી સાથે સરખાવતાં સેંકડે પાંચ ઓછાં, મુસલમાનમાં પાંચ વધુ, પારસીઓમાં બે કરતાં, ગામઠી કરીસમીયન અને ઈનડો યુરોપીયનમાં ઘણાખરાં એકમલતાં અને યુરોપીયનમાં દોહોડ ઘણાં મરણ નીપજે છે. હીંદુ લોકોમાં વસતી કરતાં સેંકડે પાંચ મરણ થોડાં નીપજે એ બાબદ ઘણી અજાણી ઉપજાવે એવી છે, કાંયેકે જારે હીંદુ લોકોની સંસારી હાલત તથા તેઓનું તનદરોસતીના લગતા કાપેદાઓનું અનજાણપણું તથા તેઓની દરદી હાલતની વખતે ગાફેલીયત અને વેહેમ એ સઘલી બાબદો ઘેયાનમાં લેધયેછ તારે એટલાં થોડાં મરણ નીપજે એ માણવા

જોગ નથી. મુસલમીન લોકોની હાલત હીંકુ કરતાં કાંઈ વધારે ખરાબ હોયે એવું લાગતું નથી અને તોય પણ તેઓમાં હીંકુ કરતાં સેંકડે ૧૦ મરણ વધુ થાયે એ પણ માણવામાં આવતું નથી. જો એ બેઠની વસતીને સાથે મેલવીએછ તો તેઓનાં એકંદર મરણ પણ વસતીની ખરાબર મલતાં આવેછે; એટલે ૮૯.૮ વસતીએ ખરાબર ૮૯.૮ મરણ ૧૮૬૩—૬૪—૬૫ માં નીપજ્યાં હતાં એવું માલમ પડેછે. કાંઈપણ વસતીની ગણતરી લુલ લરેલીછે અને તેમાં મુસલમીન લોકોએ પોતાની વસતી ઘણી છુપાવીછે એવો સંદેહ પેદા થયા વગર રહેતો નથી. જોકે ૧૮૬૩—૬૪—૬૫ માં હીંકુ તથા મુસલમીન લોકો બાહરે ગામથી પુશકલ આવીયાં હતાં અને ૧૮૬૬ ની શરૂઆતમાં પુશકલ લોકો પાછાં પોતાને વતને ગયાં હતાં, તોયપણ ૧૮૬૭ માં જરે હીંકુ લોકોમાં સેંકડે તરણ મરણ હજુર ઓછાં થતાં ગયાંછે તારે મુસલમીનમાં મરણનું પરમાણુ સેંકડે ૧.૩ આગલ કરતાં પણ વધુ થયેલાં જણાયેછે. એ બાબદ ઘણી ગુચવારા લરેલી થઈ ગઈછે અને તેથી કાંઈ પણ સાર નીકલતો નથી.

પારસી લોકોમાં વસતી સાથે સરખાવતાં મરણ સેંકડે બે ઓછાં નીપજ્યાં હતાં એ બાબદ જરે પારસી લોકોની હાલતની હાલત સાથે સરખાવીયેછે, તો તેમાં કાંઈ અજાણ્ય થવાનું કારણ મલતું નથી. હાલ હીંકુ તથા મુસલમીનની આગલ કરતાં વસતી થોડીછે, પણ પારસીઓની વસતી એકસરખી રહીછે તેથી - તેઓમાં ૧૮૬૭ માં આગલ કરતાં મરણનું પરમાણુ વધેલું નજરે પડેછે.

ગામઠી કરીસચીયનની હાલત જોકે હીંકુ તથા મુસલમીનથી બે હેતર નથી, તોયપણ તેઓમાં મરણ વસતી કરતાં વધુ નજરે પડતાં નથી. યુરોપીયન લોકોની વસતી એકસરખી રહેતી નથી; તેઓનો મોટો ભાગ ખલાસી અને સીપાહીઓનોછે અને તેઓમાં મરણ વધારે નીપજે તેમાં કાંઈ નવાઈ જવું નથી.

જુદી જુદી જાતમાં થતાં મરણ તપાસતાં એક બીજી અગતની બાબદ તેઓનાં મરદ તથા ઓરતમાં નીપજતાં મરણ જાણવા જોગછે. ૧૮૬૦ થી તે ૧૮૬૭ લગીમાં સરાસરી આ નીચે જણાવીયા પરમાણુ જુદી જુદી જાતમાં દર ૧૦૦ ઓરતે મરદોમાં મરણ નીપજ્યાં હતાં.

| | ૬૨ ૧૦૦ ઓરતે મરદની વસતી. | ૧૮૬૧ થી ૬૭ લગી મરાઠાની ૬૨ ૧૦૦ ઓરતે મરદમાં મરણ. | ૧૮૬૩-૬૪-૬૫ માં. | ૧૮૬૭ માં |
|---------------|----------------------------|--|-----------------|----------|
| હીંદુ.. .. . | ૧૯૮.૦ | ૧૩૩.૦ | ૧૪૦.૩ | ૧૨૪.૫ |
| મુસલમાન.. .. | ૧૭૦.૪ | ૧૨૫.૬ | ૧૩૩.૫ | ૧૧૪.૦ |
| પારસી.. .. . | ૧૩૩.૧ | ૧૦૮.૭ | ૧૦૭.૯ | ૧૦૫.૯ |
| ગામટી કરીશો | ૧૯૯.૭ | ૧૮૫.૩ | ૧૯૩.૨ | ૧૫૪.૨ |
| ઈનડો યુરોપો.. | ૧૪૪.૩ | ૧૩૩.૩ | ૧૬૨.૫ | ૧૧૩.૩ |
| યુરોપીયન.. .. | ૪૦૯.૦ | ૩૫૮.૫ | ૩૬૯.૫ | ૩૧૫.૪ |

એ ટીપ ઉપરથી માલમ પડેછે કે ૧૮૬૪ માં હીંદુ લોકોમાં મરદની સંખ્યા ઓરતો કરતાં બેવરો હોવા છતાં માતરે દોહોડ ઘણાંથી પણ ઓછાં મરણ નીપજ્યાં હતાં; મુસલમાનમાં જો કે એટલો બધો ફરક નથી તોયપણ મરદોમાં ઘણાં ઓછાં મરણ જોવામાં આવેછે અને તેજ પરમાણે પારસીઓમાં પણ જોવામાં આવેછે. મરદો કરતાં ઓરતોમાં વધારે મરણ થાયછે તેનું કારણ બરાબર સમજ પડી શકતું નથી; પણ એટલું માલમ પડેછે કે મરદોની ઓરતો કરતાં જીવવાની શક્તી વધુછે. ૧૮૬૭ માં એ પરમાણુ ઘણું કમતી થયુંછે અને તેનું કારણ મરદોની વસતી કમતી થયાને લીધે હશે.

તનદરોસતીને લગતી હીંદુ લોકોની રીતભાંત.



(સાંધણ પાને ૫૫ મેથી.)

ખોશક.

ઘણાખરા દેશીઓના ખોરાક કુવતવાલો તેમ સુખકારકછે; તોયપણ તદ્દન વાંધા વગરનો નથી. દેશીઓના સાધારણ ખોરાક ઓખાછે. જમ આંધરીશ લોકોને પટેટા તેમ બંગાલીને ઓખા વાહાલાછે. જે ઘણા ગરીબ લોકોછે તેઓ ખેતરો માહેથી ભાજી લાવીને તે સાથે ખા

યેછે. વચ્ચે વાંધેના લોકો દાલ, ભાજી, માછલી ઇતીયાદી ચીજો સાથે ખાયછે. માતબર લોકો માછલી, ગરમ મસાલા, ખાટી ચીજો ઇતીયાદી મેલવીને ખાયછે. તેઓ પટેટા, કોબીજ, નારીયેલ, દોધી, કાકડી ઇતીયાદી ઘીઈમાં તરીને વાપડેછે. હીંદુઓની એક જાત વીશનુવને નામે ઓલખાયેછે તેઓ તદ્દન ભાજી તરકારી ઉપર રહેછે, તેઓને માસ, માછલી, અને મુરગી હરામછે. પણ માસ ખાવાની જે હાલ બંદીછે તે વીશે મીઠા વારડ એક ખરી વાત કહી જાયેછે કે જ્યોત્ષિ આપણા યુક્ત ધરમીઓને અજાણ્યો અને ગુસો લાગીયા વગર રહેશે નહીં. તે કહેછે કે, “હીંદુ લોકોને ગાંધીને મારીને તેનું ગોશ ખાવા જેવું બીજું વધારે ધીકારવાળો કાંઈ પણ નહીં હશે, અને તોયપણ વેદમાં ગાંધીનો ભોગ આપવાને માટે ફરમાવીયુંછે અને કેટલાએક પુરાણમાં જણાવીયુંછે, કે વીશવામીતરે જોરે ભોગ આપીયો તારે બરાહભણ લોકોએ ૧૦,૦૦૦ ગાંધી જે ભોગ દાખલ આપી હતી તે ખાઈ ગયા હતા.” આપણા વડીલો અરેઅર ગાંધી ખાનારા હતા કે નહીં તે બાબત ઉપર જોસતેજો કરવાળોછે; પણ હાલ તે આપણું કાંઈ નથી. એટલું જ હું કહી શકું છું, કે જો કદાચ તેઓ આગલ ખાતા પણ હોયે, પણ માણસના મનમાં ગાંધીના માસ વીશે જે વીચારોમાં જે કારણથી ફેર પડીયો, તે હાલ બરાબરછે; કાંયકે આંધ્રો જેવાં ગરમ દેશમાં જનવરના ખોરાકથી પરહેજ રહેવું ફાયદાકારક છે. કુદરતે જાતે કુવત આપનારો ખોરાક છે અને ઘણા જ ગરીબ લોક સીવાયે સઘલા હીંદુઓ તે પુશકલ વાપડેછે. હીંદુઓનાં બધાં ઘણાંખરાં કુદરત ઉપરજ ઉધરેછે, તરણ ચાર વરસની ઉમરનાં બધાંને માટે દરરોજ એકથી તે દોહોડશેર કુદરતે અપ થાયેછે. ઉમરે પુગેલાં પણ પોતાના બીજા ખોરાક સાથે એટલું કુદરત વાપડેછે. બંગાલીઓમાં ઘીઈને પણ ઘણો અપછે. માતબર લોકો કરીમાં તે પુશકલ વાપડેછે એટલું જ નહીં પણ ચાવલ સાથે કાચું ખાઈ જાયેછે.

હીંદુ લોકોના શાસતરમાં એમ લખીયુંછે જે બરાહભણે બપોરે બે કલાકે અને વલી મધ્ય રાતે એક વાગતે ખાણું ખાવું, પણ ફેટલાંએક કારણોને લીધે એ ચાલ બદલાઈ ગઈછે; તોય પણ જે બરાહભણે શાસતરનો ઉપદેશ કરેછે, તેઓ પુજા પાલેછે અને જે લોકો સુદર અને માતબર લોકોની સંખ્યાવત ઉપર ગુજરાણ ચલાવેછે, તેઓ એ ખાવા

નો વખત પાલેછે. પણ જે બરાહમણો સરકારી ચાકરીમાંછે તેઓ સહ વારે નવ વાગતે અને રાતે તેજ કલાકે ફરીથી ખાણું ખાયછે. જારે હરેક દેશી ગરહસથ પોતાના દોસતદારોને પોતાને ઘેર બપોર નમવાને માટે બોલાવેછે તારે બપોરનો ૧૨ વાગતાનો વખત મુકરર કરેછે; પણ પરોણાઓ એક વાગતા પછી આ વવા માંડેછે અને ચાર વાગતા આગમન ખાણું પરીસાતું નથી. એવાં અવારાં વખતના ખાણાથી તેઓની તનદરોસતી બીગડી યા વગર રહેતી નથી. બંગાલી ખાણું ઉપર ચોકસ બરાબર વખત જેવું કાંઈપણ ભેવામાં આવતું નથી અથવા લાગુ પણ પડાઈ શકાયે નહીં, કાંયેકે પરોણાઓની સંખ્યા કેટલાએક સોથી તે કેટલાએક હજાર લગીની થાયછે. મીઠ વારડ કેહેછે, કે એક રાત્રને તાંહાં ચોકસ તેહવાર ઉપર કોઈ વખતે ૨૦,૦૦૦ બરાહમણો જમાડવામાં આવેછે; અને જારે મીઠ હેસર્ટીંગનનો દીવાન (મુરશીદાબાદ આગલ જમુખંદી આવેછે તાંહાંનો) ગંગા ગોવીંદસીંગ જે આપણો નામાકીત રાજા પરતાપ ચંદર સીંગનો વડીલ થાયે, તેણે પોતાની માએની શરાધની વખતે છ લાખ બરાહમણોને એકજ વખતે જમાડીયા હતા અને તેઓને નજરાણું બખશીશ કરીને વદીઆ કીધા હતા. આપણા વખતમાં એવાં રાખશી ખાણું કદાચ ન થાયે, પણ જે નાહાના પણ આપણામાં થાયે છે, તે સઘલી વરણના હીંદુઓમાં ઘણાએક દરદોનું કારણ થઈ પડેછે. તેમાં બરાહમણ ચોકસ કરીને એવા ખાણા ઉપર ઘણાં ચુસત હાયેછે; તેઓ માહેનો એક ચોકસ વરગનો ધંધો ખાવાનોજ હાયેછે અને તેઓ પોતાના બચાંને પણ ખાણા ખાવા સીખવેછે. આએ ખાણા સો ધો ફાહાડનારાઓ ઘણાજ બેદરકાર રીતે એધીની માફક ખાયેછે અને પછી એવાં એધીપણાનો તેઓ ભોગ થઈ પડેછે. હીંદુ ઓરતો તેમાં વીધવા ઘણો અપવાસ કરેછે. ઉંચે વાઘેની વીધવા મહીનામાં બે દાહાડા વગર ચુકવે અપવાસ કરેછે, અને તારે પાંણીનું એક ટીપું પણ હોઠ ઉપર મુકતાં નથી. તેઓ ચોવીસ કલાકમાં માતરે એકજ વખત ખાણું ખાયેછે અને તે પણ દર મહીનાની અગીયારસે અને હીંદુના દર તેહવારો ઉપર લેતાં નથી. એ ઉપરથી આપણે એવી ઉમેદ ધારીયે કે તેથી તેઓના જનને નુકસાંની થતી હશે; પણ ખરેખર તેથી ઉલટું બનેછે, કાંયેકે હીંદુ વીધવા બીજાઓ કરતાં ઘણી લાંબી મુદત લગી અને વલી વગર દરદે મુખ ભોગવેછે અને જીવેછે.

હીંદુ લોકો મીઠાઈ ખાવામાં મશહુર હોય છે. તેઓ સંદેશ અને મીઠાઈ જેમાં ખાંડ પુશકલ આવે છે અને કુવતવાલો ખોરાક ઘણો જ થોડો હોય છે, તે પાર વનાની ખાઈ જાય છે. જેવું બચાંને છોડવીયું એટલે માએના દુધને બદલે તેઓને મીઠાઈ મળે છે; તેઓ તે પુશકલ ખાય છે અને છેલ્લે તેથી તેઓને સોશણું પડે છે; બંગાલી બચાંની વધ માં અટકાવ થાય છે અને તેઓ વારંધડીએ આજારી પડે છે અને એટલાં સેહેલથી મરણ પામે છે તેમાં અજાયબ થવાનું કંઈ નથી. બચાંના ઘણાં ખરાં દરદો બરાબર ખોરાક નહીં હોવાથી બને છે. જો તેઓને મીઠાઈ આપવામાં નહીં આવતી, તો તેઓ ખટાસ, આમલી, ખાટી કેરી અને ખોર કે જે સઘલા ખોરાકની હજમીયત થતાં અટકાવે છે તેઓ ઉપર શોખ કરે છે. ખોટી વર્ષેના માણસોને પણ મીઠાઈ ઉપર ઘણો જ શોખ હોય છે. જાંહાંસુધી, બંગાલી લોકો મીઠાઈ ખાનારા રહેશે તાંહાંસુધી તેઓ કદી પણ શરીરના બાંધામાં સુધરશે નહીં એવી મને પકી ખાતરી છે. તેઓનું નાહાનું કદ, તેઓની આલસાઈ અને સુસતી એ સઘણું તેઓનો મનમાનતો ખોરાક નહીં હોવાને લીધે છે. તનદરોસતીની એક જરૂરીયાત કુવતમંદ ખાણું છે. સઘલાં જાનવરો નો તેમ માણસોનો બાંધો ચાલુ ઘસારા ઉપર અને ચાલુ કુવતમંદ ખોરાક ઉપર આધાર રાખે છે, અને એ કુવતમંદ ખોરાક જાનવરનો અને ભાજી પાલાના ખોરાકથી બને છે. જેવો દેશ તે પરમાંણુ એ બેઠું જાતના ખોરાકની મેલવણીમાં અને જથામાં ફરક રહે છે. જાનવરનો ખોરાક ઘણો ગરમ હોય છે અને તેમાં ગાએનું ગોશ અને સઘલી જાતના માસમાં એ ગુણુ વધારે હોય છે. ગરમ દેશના રહેવાસીઓને એટલા ગરમ ખોરાકની કાઈ જરૂર નથી; એટલા માટે આવલ અને માછલીની ફરીનું એક ખાણું તેઓને માટે બસ છે. ગરમ દેશમાં ગમે તેવી તરકારી વાપડવામાં આવે તોય પણ આ વાત લુલી જવી નહીં કે બદનના ચાલુ ઘસારા ઉપર ચાલુ કુવતમંદ ખોરાકની જરૂર છે. હીંદુ સ્થાનના મુલુકમાં જો માસ ખાવાનું કાહાડી નાખવામાં આવે તો તેની જગા દુધ, ચોખા, ઘઉં, લીલા અને સુકા વાલથી પુરો વડી શકાય અને બદનમાં પુરતો કુવતમંદ ખોરાક પોંહાંચી શકે. ઘઉંનો આટો બંગાલી સાધારણ બાલાંમના ચોખા કરતાં વધારે કુવતવાલો ખોરાક છે; એટલા માટે વાયવીય પરાંતોના લોકો જે ઘઉં ઉપર રહે છે તે

ઓ ગંગા નદીની ખીતના ચાવલ ઉપર રહેનારા લોકો કરતાં વધારે જોરા વર અને તનદરોસત હોયછે. દેશી લોકોના ખોરાકમાં કુવત તથા ગરમી આપનારો તતવ કેટલોછે તે આ નીચેના કોઠા ઉપરથી માલમ પડશે.”

| | ખોરાકની વસ્તુ. | માસ પના પનાર. | ગરમી આ પનાર. | ખાર. | પાણી અને ચરખી. |
|------------------------|--------------------------------------|------------------|-----------------|------|-------------------|
| સરારચ અથવા પા આંટો. | ચોખા ચાવલ | ૭ | ૭૮ | ૧ | ૧૪ |
| | સાબુચોખા, આરાફ અને તાપીચોખા | ૪ | ૮૨ | ૧ | ૧૭ |
| | પટેંગા | ૨ | ૨૩ | ૧ | ૭૪ |
| સાઈર. | ખાંડ | ૦ | ૧૦૦ | ૦ | ૦ |
| તેલ. | માખન અને ઘી | ૦ | ૧૦૦ | ૦ | ૦ |
| શાકપ્રતીન. | ધણી | ૧૩ | ૭૨ | ૨ | ૧૩ |
| | જીવર | ૮ | ૭૪ | ૧ | ૧૬ |
| | ખાજરી | ૧૦ | ૭૩ | ૨ | ૧૫ |
| | કાંગની | ૧૨ | ૭૦ | ૧ | ૧૭ |
| | ઓઠનો આંટો | ૧૭ | ૬૬ | ૩ | ૧૧ |
| | જવ | ૧૧ | ૭૨ | ૨ | ૧૫ |
| | માછલી | ૧૪ | ૭ | ૧ | ૭૮ |
| | ભુજેકું ગાંધ | ૨૨ | ૧૪ | ૧ | ૬૩ |
| કેરીન. | ચના, દાલ | ૧૬ | ૬૨ | ૩ | ૧૬ |
| | ઊરડ | ૨૦ | ૬૧ | ૩ | ૧૬ |
| | વટેણા .. | ૨૫ | ૫૮ | ૨ | ૧૫ |
| | મસુર | ૨૪ | ૫૬ | ૨ | ૧૫ |
| | ખેસારી દાલ .. | ૨૮ | ૫૬ | ૩ | ૧૭ |
| | ચોરા | ૨૪ | ૫૬ | ૩ | ૧૪ |
| | મુધ દાલ | ૨૪ | ૬૦ | ૩ | ૧૭ |
| | માશકુંલી દાલ .. | ૨૨ | ૬૨ | ૩ | ૧૭ |
| | લીલા વટેણા .. | ૭ | ૩૬ | ૨ | ૫૫ |
| | દુધ | ૫ | ૮ | ૧ | ૮૬ |

હીંદુ લોકો મીઠાઈ ખાવામાં મશહૂર હોયેછે. તેઓ સંદેશ અને મીઠાઈ જેમાં ખાંન પુશકલ આવેછે અને કુવતવાલો ખોરાક ઘણો જ થોડો હોયેછે, તે પાર વનાતી ખાઈ જાયેછે. જેવું બચાંને છોડવીયું એટલે માએના કુધને બદલે તેઓને મીઠાઈ મલેછે; તેઓ તે પુશકલ ખાયેછે અને છેલે તથી તેઓને સોશવું પડેછે; બંગાલી બચાંની વધ માં અટકાવ થાયેછે અને તેઓ વારેઘડીએ આજરી પડેછે અને એટલાં સેહેલથી મરણ પામેછે તેમાં અજાયેબ થવાનું કાંઈ નથી. બચાંના ઘણાંખરાં દરદો બરાબર ખોરાક નહીં હોવાથી બનેછે. જો તેઓને મીઠાઈ આપવામાં નહીં આવતી, તો તેઓ ખટાસ, આમલી, ખાટી કેરી અને ખોર કે જે સઘલા ખોરાકની હુનમીયત થતાં અટકાવેછે તેઓ ઉપર શોખ કરેછે. મોટી વયેના માણસોને પણ મીઠાઈ ઉપર ઘણો જ શોખ હોયેછે. જાંહાંસુધી, બંગાલી લોકો મીઠાઈ ખાનારા રહેશે તાંહાંસુધી તેઓ કદી પણ શરીરના બાંધામાં સુધરશે નહીં એવી મને પકડી ખાતરીછે. તેઓનું નાહાનું કદ, તેઓની આલસાઈ અને સુસતી એ સઘણું તેઓના મનમાનતો ખોરાક નહીં હોવાને લીધેછે. તનદરોસતીની એક જરૂરીયાત કુવતમંદ ખાણુંછે. સઘલાં જાનવરો નો તેમ માણસોનો બાંધો ચાલુ ધસારા ઉપર અને ચાલુ કુવતમંદ ખોરાક ઉપર આધાર રાખેછે, અને એ કુવતમંદ ખોરાક જાનવરનો અને જાણ પાલાના ખોરાકથી બનેછે. જેવો દેશ તે પરમાંણે એ જેહ જાતના ખોરાકની મેલવણીમાં અને જથામાં ફરક રહેછે. જાનવરનો ખોરાક ઘણો ગરમ હોયેછે અને તેમાં ગાએનું ગોશ અને સઘલી જાતના માસમાં એ ગુણ વધારે હોયેછે. ગરમ દેશના રહેવાસીઓને એટલા ગરમ ખોરાકની કાંઈ જરૂર નથી; એટલા માટે ચાવલ અને માછલીની કરીનું એક ખાણું તેઓને માટે બસછે. ગરમ દેશમાં ગમે તેવી તરકારી વાપડયામાં આવે તોય પણ આ વાત ભુલી જવી નહીં કે બદનના ચાલુ ધસારા ઉપર ચાલુ કુવતમંદ ખોરાકની જરૂરછે. હીંદુ સંસ્થાનના મુલુકમાં જો માસ ખાવાનું કાહાડી નાખવામાં આવેતો તેની જગા કુધ, ચોખા, ઘઉં, લીલા અને મુકા વાલથી પુરો પડી શકાયે અને બદનમાં પુરતો કુવતમંદ ખોરાક પોંહાંચી શકે. ઘઉંનો આટો બંગાલી સાધારણ બાલાંમના ચોખા કરતાં વધારે કુવતવાલો ખોરાકછે; એટલા માટે વાયવીય પરંતોના લોકો જે ઘઉં ઉપર રહેછે તે

ઓ ગંગા નદીની ખીનના આવલ ઉપર રેહેનારા લોકો કરતાં વધારે જોરા
વર અને તનદરોસત હોયછે. દેશી લોકોના ખોરાકમાં કુવત તથા ગરમી
આપનારો તતવ કેટલોછે તે આ નીચેના કોડા ઉપરથી માલમ પડશે.”

| | ખોરાકની વસ્તુ. | માસ પના વનાર. | ગરમી આ પનાર. | ખાર. | પાણી અને ચરખી. |
|----------------------|---------------------------------------|------------------|-----------------|------|-------------------|
| સરારચ અથ વા આંટો. | ઝોખા આવલ | ૭ | ૭૮ | ૧ | ૧૪ |
| | સામુઝોખા, આરાડટ અને તાપીયોકા | ૪ | ૮૨ | ૧ | ૧૩ |
| | પટેરા..... | ૨ | ૨૩ | ૧ | ૭૪ |
| સાકર. | ખાંડ | ૦ | ૧૦૦ | ૦ | ૦ |
| તેલ. | માખન અને ઘી | ૦ | ૧૦૦ | " | ૦ |
| શાખખરીન. | ધણીં | ૧૩ | ૭૨ | ૨ | ૧૩ |
| | જીવાર | ૬ | ૭૪ | ૧ | ૧૬ |
| | ખાખરી | ૧૦ | ૭૩ | ૨ | ૧૫ |
| | કાંગની | ૧૨ | ૭૦ | ૧ | ૧૭ |
| | ઝોઝનો આટો..... | ૧૭ | ૬૬ | ૩ | ૧૧ |
| | જવ..... | ૧૧ | ૭૨ | ૨ | ૧૫ |
| | માછલી | ૧૪ | ૭ | ૧ | ૭૮ |
| | તુજેલું ગોથ | ૨૨ | ૧૪ | ૧ | ૬૭ |
| દેઝીન. | ચના, દાલ..... | ૧૬ | ૬૨ | ૩ | ૧૬ |
| | ઊરડ | ૨૦ | ૬૧ | ૩ | ૧૬ |
| | વટેણા .. | ૨૫ | ૫૮ | ૨ | ૧૫ |
| | મસુર | ૨૪ | ૫૬ | ૨ | ૧૫ |
| | ખિસારી દાલ | ૨૮ | ૫૬ | ૩ | ૧૭ |
| | ઝોરા..... | ૨૪ | ૫૬ | ૩ | ૧૪ |
| | મુંધ દાલ | ૨૪ | ૬૦ | ૩ | ૧૭ |
| | માશકુલી દાલ | ૨૨ | ૬૨ | ૩ | ૧૭ |
| | લીલા વટેણા | ૭ | ૭૬ | ૨ | ૫૫ |
| | દુધ | ૫ | ૮ | ૧ | ૮૬ |

બચાંની તનદરોસતી.



આતવારનો દીવસ છે. બપોરના બે વાગા છે. આવકશા અને શીરીનબાઈ પોતાના ડાક્ટરની રાહ જોતાં બેઠાં છે. ડાક્ટર સાથે છેલી મુલાકાતની વખતે જે અગતની વાતો થઈ તે ઉપર બેઠ જણ વાત ચીત કરે છે તેવામાં ડાક્ટર આવી પોંહોંચીયા.

સા.—આવો, ડાક્ટર સાહેબ.

શી.—આવોજ.

ડા.—કેમ, તમારી બેઠ જણની તબીબેત કેમ છે ? સારી પડેતો ખરાં ?

સા.—હા, સાહેબ, બોદાની મેરબાંનીથી હાલતો અછી તનદરોસતી ભોગવીયેછ.

ડા.—કેમ, શીરીનબાઈ તમારી હવે ખાતરી થઈ કે નહી, કે બચાંની તનદરોસતી અને જાન તેના મા બાપની હાલત ઉપર આધાર રાખે છે.

શી.—હાજ, હું બરાબર સમજ, કે નાહાનપણમાં પરણીયાથી, નજદીકમાં સગાં સગાંમાં પરણીઆથી, મરદ અને ઓરતની ઉમરમાં મોટો ફરક હોવાથી, અને મા બાપની બેઠની દરદી હાલત હોવાથી બચાં નબલાં, અને દુબલાં જનમે છે અને ઘણું લગી જીવી શકતાં નથી. મા બાપના કેટલાંએક દરદો બચાંઓમાં ઉતરે છે, અને દરદ વગર પણ જે મા બાપ નબલાં હોયે છે તો બચાં કદી પણ તનદરોસત જનમતાં નથી.

ડા.—આ સઘલી બાબદો હજુર તમારા મનમાં રમે છે તેથી મને એવો ખ્યાલ જાયે છે કે તમે એ વીશે મારા ગયા પછી પણ વધારે વીચાર અને પુછપરછ કીધી છે અને તેથી હું ઘણો મઘન છું.

શી.—જે તમે આગલ બે વખત સઘલું સમજાવીયું છે તેની મેં તમે ગયા પછી નોંધ કરી લીધી છે અને હવે પછી જે તમે મને સમજાવશો તેની નોંધ પણ કરી લેવા ધારું છું, કે જેથી હમારી જો કાંઈ ભુલ હોયે તે સમજ પડે, અને હવેથી ફરીથી ભુલ કરવામાં નહી આવે, એ ટુંટું નહી પણ એ નોંધનો લાભ મારી વાહાલી બેઠેનપણીઓને જ રે કરવ પડે તારે મારેથી આપવાને બની આવે.

૬૧૦—તમારી એટલી ઉલટ જોઈને હું ખુશી થયો છું, અને હું પણ તમને સઘલી બાબદો સેહેલમાં સમજાવતો જવશ.

શી૦—તમેએ ગઈ વખતે એવો ઘશારો કીધો હતો કે માએની હમેલની વખતની હાલત ઉપર બચાંની તનદરોસતી અને જાન આધાર રાખેછે, એ બાબદ ઘણી અગતનીછે અને એ માહેથી મારી પોતાની ખાત્રીઓ નજર પડી આવશે એવું મને લાગેછે.

૬૧૦—તમને મેં સમજાવીયું હતું કે જેમ મા બાપ નબલાં અથવા જોરાવર હોયે તે પરમાંણે તેઓનું બચું પણ નબલું અથવા તનદરોસત જનમેછે. પણ એ વતરોગે હમેલવાલી એરતની હાલત બચાં ઉપર ઘણી અસર કરેછે. ઘરભ માહેતું બચું જાણે માએનો એક ભાગછે અને તે માએના લોહી ઉપર ઉધરેછે. હું તમને હવે પછી સમજાવશ, પણ આ વાત ખરીછે કે જો બચાંવાલી માએ ચીરડાયેછે, અથવા ગુસ્સે થાયેછે તો તરત તેના કુધમાં ફરક પડેછે અને તે વખતે જો બચું ધાવેછે તો તેને તે કુધ ધજા કરીયા વગર રહેતું નથી; જારે માએ અને બચું બેઉ છુટાં હોયે તારે એકનો મનનો મીજાબ બીજા ઉપર એવી રીતે અસર કરે, તારે સેહેલથી વીચારી શકાશે, કે જારે બચું માએના ઘરભમાં હોયે અને માએના લોહીથી ઉધરીયું જાયે, તારે માએની મન તથા તનની હાલત બચાં ઉપર કેવી અસર કરી શકે. એટલા માટે હમેલવાલી એરતને પોતાના બચાંની તનદરોસતી અને જાન સંભાલવાને માટે પોતાના તન તથા મનની હાલત ઉપર વધારે ચોકસી રાખવાની જરૂરછે. જારે આપણે ગરીબ ગામડેનાં બચાંને જોઈએ અને જારે આપણા શેહેરી માતબરના બચાંને તેઓ સાથે સરખાવીએ, તો બેઉમાં જલદીથી ફરક માલમ પડી આવેછે. એકનું બચું જનમતાંનેવાર પુખ્ત અને તનદરોસત માલમ પડેછે, અને બીજાનું દેખાઈતું જ નાજુક માલમ પડેછે; એક જાણે ધાતુનું વાસન અને બીજું કાચનું વાસન; એકની ઉપર શું શું સુસીમતો ગુજરી જાયે અને બીજા ઉપર સંભાલ અને પેયારનો વરસાદ વરસેછે, અને જોયપણ એક અછી રીતે ઉધરેછે અને બીજું સઘલી જાતની સંભાલ છતાં બરાબર ઉધરતું નથી અને તેનું કારણ શું ? સુલકારણ તેઓની માએની તનદરોસતીછે. એક જણ જોલી હવામાં પોતાના નસીબમાં સરજીવું સહુવારથી તે રાત્રીલગી કામ કરતી જાયેછે;

ખોરાક સાદો હુમેશાં જ લેછે તેવોજ લેયા કરેછે. બીજી, હુમેલ રહેયા એટલે જાણે શું મોટી મુસીબત આવી પડી હોયે તેમ એક ચોરડામાં ભરાઈને બીઘાંના ઉપર દીવસનો ઘણોખરો વખત કાઢાડેછે; જે આગ લજરા પણ ચાલતી ફરતી હરતી હતી, તેને બદલે તદ્દન ચાલવાનું છોડી દેછે. ખાવાનું જેમ પોતાની મંરજીમાં આવેછે તે ખાયછે; અને કોઈ વખતે તેથી ઉલટું ખોરાક તદ્દન છોડી દેછે; અથવા જે ખોરાક જરૂર પત નહીં થાયે અને નુકસાની કરે એવા ઉપર શોખ રાખેછે; અને કેટલી વેલા લાડ લડાવીને જે માગેછે તે ખાવાનું તેની આગલ હાંતર કરેછે. એક જણ હુમેલ એક કુદરતી હાલત સમજેછે અને તે વીશં થોડીજ ફીકર કરેછે; બીજી નાજુક અને ફીકરમંદ થઈ જાયેછે. એવી બેઉની ઉલટી હાલતમાં કોણની તનદરોસતી વધારે અછી રીતે જ લવાયે વાઈ? અલખત પેલી ગરીબ ગામડેની ચોરતની.

શી૦—આપણા લોકોમાંતો નાજુક થવું એક મગરૂરી સમજેછે; અને એવા હેમક ભરેલા બોલો બોલેછે કે શું ઠીકરાનું વાસન બીલોર સાથે સરખાવામાં આવેકે ?

હા૦—જેને તેઓ ઠીકરાનું વાસન કેહેછે તેઓ કુદરતી કાયદાઓ પરમાંણે ચાલેછે અને કુદરત હુમેશાં જોરાવર અને પુખ્ત હોયે છે. બીલોરનું વાસન કાંઈ કુદરતી નથી; તે હેમકપણથી બનેછે અને તેનો પસતાવો પોતેજ આપેછે. તેઓ નાજુકાઈમાં મોટાઈ અને મગરૂરી લેછે, પણ અંતકરણથી ઠીકરાનાં વાસનને પસંદ કરેછે. જે લોકો હુમેલની વખતે કુદરતી કાયદાઓ જાલવતાં નથી અને તેથી પોતાના મન તથા તનને દુખી કરેછે, તેઓ ઘણી વેલા હુમેલની મુદત પણ પુરી કરવાને અશક્ત હોયેછે; અને એજ કારણને લીધે આપણે વારંવાર એવી ચોરતોને અધુરે મહોને છોકરાંઓ પડેલાં સાંભળી યેછ. ગરીબ મેહેનતુ અને તનદરોસત ચોરતમાં કદાચજ એવો બનાવ થાયેછે અને તેનું કારણ હૃદયી જ્યાંદા મેહેનત કીધાને લીધે હોયેછે.

શી૦—તારે તને એમ કેહેવા માંગોછો કે હુમેલની વખતે આ શાપેશ લેવી નહીં; પણ ધરખારનું કામ કરીયા જવું ?

હા૦—તને મારી નતજબ પુરી રીતે સમજ્યાં નથી. હું એમ નથી કેહેવા માંગતો કે હુમેલની વખતે ઘણાં પહીતરૂં કરવું. મા

રી કેહેવાની મતલબ એટલી છે કે આપણા ઘણા લોકો જે તદ્દન આ લસુ થઈને બીછાના ઉપર પડી રહે છે અને જરા પણ હીલચાલ કરતાં નથી, તેઓએ જો બને તો ગાડીમાં બેસીને ખોલી હવામાં ફરવા જવું અને ખસુસ કરીને થોડુંએક ચાલવું; જ્યોથી ગાડીમાં જવાને બની નહીં આવે તેઓએ થોડુંએક ચાલીને પણ ખોલી હવામાં ફરવું; હું એમ નથી કેહેવા માંગતો કે ઘરનું વહીતરું કરીયા કરવું; તેથી ઘણી વેલાં ઘેરકાયેલા થાય છે, પણ તે આલસાઈમાં પડી રહેવાના કરતાં થોડા છે. વલી હમેલવાલી ચોરતને ખોલી હવાની જટલી જ રૂર છે તેટલી તેની બીજી હાલતમાં નથી. જે લોકો બંધબસત ચોરડામાં પડી રહે છે તેઓ કદી પણ તનદરોસત રહેતાં નથી; અને તેથી તેઓનું બચું પણ તનદરોસત જનમે એવી આશા રાખવી ખોટી છે. વલી જે લોકો આલસુ પડી રહે છે, તેઓને બચું જનતી વખતે ઘણી કસતી ભોગવવી પડે છે. ગરીબ મેહેનતુ લોકોની ચોરડામાં તમે જો શોતો માલમ પડશે કે તેઓનો છુટક હમેશાં, સેહેલ અને કાંઈ પણ વગર ઈજાયે થાય છે; અને તેથી બચું સલામત જનમે છે.

• શી૦—જે ખરું પુછો તો મેં એ વીશેની એક વખત પણ સંભાલ લીધી નહીં હતી; હું હમેલની વખતે ઘણું કરીને બીછાના ઉપર જ વખત કાઢાડતી હતી અને ફરવા હરવા જવાનું તદ્દન છોડી દીધું હતું; અને હું ધારૂં છું કે તેથીજ વેચાતી વખતે મને ઘણી કસતી ભોગવવી પડતી હતી.

શી૦—પણ એટલામાંજ સઘળું પુરું થયું નથી. હમેલની વખતે ખોરાકની બાબદ ઉપર પણ વધારે સંભાલ રાખવાની જરૂર છે. આપણા લોકોમાં એક ભુંડી રેવ છે. જોવા હમેલ રહેવા એટલે ખાવા પીવાનું અકારૂં કરી નાખે છે. ખરી વાત છે કે બીજે તરીકે મહીનેથી વામીટ આવે છે અને કેટલીએક વસતુ જેમકે મતન ખાવા ગમતું નથી, તોય પણ જરૂર છે કે હલકો અને જરપત થાયે એવો ખોરાક, જેમ કે કુધ અથવા મતનનો શેરવો ખાવો જોઈયે; એથી કાંઈ પણ બદનનું પોશણ આજી રહે છે. તદ્દન ખોરાક મુકી દીધાથી નબલાઈ પેદા થાય છે, લોહી પાણી જેવું બને છે અને તે બચાંને ઉધારવાને મારે પુરતું જોરે મંદ નથી, તેથી બચું પીલામેલું રહે છે. જેમ બચું ઘરલમાં મોટું થતું જાય છે તેમ માએને વધારે કુવતમંદ ખોરાક ખાવાની જરૂર છે,

કે જ્યો પુરતું કુવતમંદ લોહી ફરી વલે અને બચાને પુખ્ત ઉધરવા ને બની આવે.

શી૦—તારે શું તમે એમ કહેવા માંગોછો કે માએ આસતે આસતે ખોરાકમાં વધારો કરવો ?

હી૦—તમે મારી મતલબ સમજ્યાં નથી. ઘણો અને જરૂર કરતાં વધારે ખોરાક ખાધાથી લોહી કાંઈ વધતું નથી; તેથી ઉલટું ખોરાક હોજરીમાં જરૂર થઈ શકતો નથી અને તેથી અજીરણ અને બાદી થઈ આવેછે. ઘણો ખોરાક ખાવાને બદલે કુવતમંદ ખોરાક ખાવાની જરૂર છે. કુધ, મતન, ઈંડાં ઈતીયાદી ખોરાક અવાર નવાર લેવાની જરૂર છે; પણ તે પણ પુશકલ ખાતું નહીં જોઈયે. ઘણું કરીને માએ જ હમેશાં ખોરાક લેતી હોયે તે ઉપર જ ને રહેતો બસ છે. પણ કદી પણ ગરમ મસાલેદાર ખોરાક અથવા કાંઈ પણ જાતનો દારૂ લેવો નહીં જોઈયે. કેટલીએક જાતનો હલકો જરૂર થાયે એવો મેવો જમકે દરાખ, નારંગી, મીઠાં લીચુ, અંજીર ઈતીયાદી લેવામાં કાંઈ અડચણ નથી.

શી૦—પણ મને ખબર છે કે જારે મને પેહેલાં હમેલ રહેયા હતા તારે મારાં સગાં વાહાલાંએએ મલીને મને સંગરાહ મુકાવવાની ફરજ પાડી હતી; આપણા લોકોનોતો એવો વીચાર છે જ થોડું લોહી કાહાડીયાથી માએને બચું જનતી વખતે કસતી પડતી નથી. તમારા કહેયા પર માંજોતો ધરભવાલી માએનેતો કુવતમંદ લોહીનીતો ઘણી જરૂરીયાત છે. મને પકી ખબર છે કે સંગરાહ મુકાવીયા પછી હું જાતે નબલી તે વધારે નબલી થઈ ગઈ હતી; આંખે અંધારાં આવો જતાં હતાં અને મને પાછું કુવત લાવવાને મારે ઈંડાં, ખરાનડો, પીલાંને શેરવો લેવાની જરૂર પાડી હતી, પણ મારી આગલી તબીબે ત કદી પણ દેકાણે આવી નહીં અને મને ઉલટી વેયાતી વખતે વધારે કસતી પડી હતી.

હી૦—હા, આપણા લોકોમાં એ ઘણીજ ખરાબ રસમ છે; આંગમાં લોહી હોયે, નહીં હોયે તોયેપણ વગર વીચારે, વગર દાખણે સંગરાહ મુકાવી દેછે, એ ઘણું અકુશોસ કરવા જોગ છે; કાંપેકે તેથી માએની તનદરોસતી બીગડેછે એટલું જ નહીં, પણ બચું કદી પણ લાંબી મુદત લગી છવી શકતું નથી. જાંહાં લોહી ઘણું હોયે, લોહીનો જોસો

થઈ આવતો હોયે, તાંહાં જે સંગરાહ મુકાવી હોયેતો કાંઈ ઘેરફાંચેદો નહી કરે; પણ જે એ વખતે ખોરાક કમતી કરો નાખવામાં આવેતો પોતાની મેલેજ લોહીનું જેર નરમ પડી જાયછે અને પછી સંગરાહ મુકાવવાની કાંઈ પણ જરૂર પડતી નથી.

શી૦—મને એવું લાગેછે કે તે સંગરાહ મુકાવીયા પછી મારી તબીયેત સુધરી નથી, હું નબલીજ રહી ગાંધછું અને કોઈ વખતે હજી ર ફેર આવી જાયછે; હું કુવતમંદ ખોરાક લેઉં છું, પણ તે કાંઈ મને શુણુ કરતો હોયે એવું લાગતું નથી. મને એવું લાગેછે કે મારાં પછવાડેનાં બચાંને પણ જ ઈજા થઈછે તેનું સુલ કારણ સંગરાહજ હશે.

ડા૦—ખરી વાતછે. એક બેવકુફીનો પસતાવો વારેઘડીએ જીવીયે તાંહાંસુધી કરવો પડેછે. લોહી કાહાડી નાખવામાં વીલમ લાગતો નથી, પણ તેટલુંજ લોહી પાછું લાવવાને માટે આખો જનમારો નીકલી જાયછે તોય પણ કાંઈ વલતું નથી.

એ ઉપરથી તમને સમજ પડી હશે કે જે હમેલવાલી ચોરત આડે કે પોતાનું બચું તનદરોસત અને સલામત જનમેતો તેણીએ પોતાની તનદરોસતી જાલવવામાં કાંઈપણ ખાતી રાખવી નહી. ખોરાક, ખોલી હવા, કસરત એવી બાબદો ઉપર ઘેયાન આપવું જરૂરછે. પણ એ સાથે મને બીજું તમને કેહેવુંછે. માએની તનની હાલત બચાં ઉપર અસર કરેછે, એટલુંજ નહી પણ તેણીની મનની હાલત ઉપર પણ બચું કેતું જનમશે તે આધાર રાખેછે. જે માએનું મન ખુશ અને સથીર હોયેતો બચું પણ તને તથા મને દરસત હોયેછે. જે હમેલની વેલા માએનો મીજાજ કાંઈપણ કારણથી બીગડેલો રહે, તે ચીરડાઉ રહે અથવા કુંજરો અથવા ગંભીર રહે અથવા મનમાં બલાપો કરીયા કરેતો ખચીત કરીને તેણીનું બચું તને પીલાયેલું અને મને કુંજરું અથવા ચીરડાઉ અથવા ગંભીર જનમેછે. મેં એક ચોપડીમાં વાંચીયુંછે કે એક આબરૂદાર અને પછિસે ટકે સુખી ગરહસથની બાયડી પોતાના જરતારની બખીલાઈને લીધે સઘલો હમેલનો વખત બલાપામાં કાહાડીયો હતો; તેનો જરતાર તેને જાણે તાંણાં મારીને કેહેતો હતો કે આપણે તાંહાં એટલાં બધાં બચાં થયાંછે તેઓનું પાલણ પોશણ કેમ થઈ શકશે. તેના જરતારથી એવા સખુ ન સાંભલીને તે ઘણો બલાપો કરતી હતી અને તેના તાંણાંથી રાત દી

વસ ચીંતાતુર રહેતી હતી. સાતમો મહીનો પુરો થયો એટલામાં તે જીએ બચાંને જનમ આપીયો; તે બચુ નાહાનું પીલાએલું અને દલ દરીનું એક ચીતરું હતું. તે બચુ ચાર મહીનાનું થયું પણ એક દા હાડો પણ તેના એહેરો હસતો દેખાતો ન હતો; અને તે આઠ મહી નાનું થયું તોય પણ કદાચજ હસતું હતું. એ ઉપરથી સાક્ષ સમજ પડે છે કે માએના બલાપા અને ચીંતાથી બચાં ઉપર તેજ રીતની અસર થઈ હતી. વલી મેં તવારીખમાં એવું વાંચીયું છે, જે ઇંગલંડ નો રાજા પેહેલો જેમસ એટલોતો હીચકારો હતો, કે એક નાગી તલ વાર જોઈને તે બીહીતો હતો; અને તેનું કારણ એમ જણાયે છે કે તેની માએ મેરી હમેલની વેલા ચાલુ ફીકરમંદ અને ચીંતાતુર રહી હતી. એજ પરમાંજે જો માએને હમેલની વેલા એકાએક જબર બીહીક પેસે છે તો તેની અસર બચાં ઉપર જણાયે છે. જો હમેલવાલી ઓરતને પોતાના ભરતારના અથવા કોઈ અતલગના સગાંના મરણ વીશે એકા એક ખબર મલે છે તો તેની ધાસતીની અસર જનમેલાં બચાં ઉપર મા લભ પડે છે; ઘણી વેલા એવાં બચાંનો જીવ આખી જીંદગી લગી ધુજ રો રહે છે. જો શેહેરમાં લડાઈ હોય અને તેથી લોકોના જીવ ઉદાસ રહે અને ઘડી ઘડીમાં ધાસતી લાગીયા કરે, તોપતા ગોલાઓના આવાજ એકાએક કાન ઉપર આવીને પડે, અને તેથી ધાસતી અ ને ધુજરી પેદા થાયે, તો તેની અસર હમેલવાલી ઓરતના બચાં ઉપર જનમ પછી માલમ પડે છે. બારન પરસી નામનો એક ફ્રેંચ ડાક્ટર કહી ગયો છે કે લાનડાની લડાઈની વખતે જારે મોટું તોપ ખાતું ઉડું ગયું હતું તારે લોકોને એટલીતો ધાસતી પેડી હતી કે જોરે નજદીક ૯૨ હમેલવાલી ઓરતોએ થોડાએક મહીનામાં બચાંને જનમ આપીયો તેયારે એવું માલમ પડીયું કે તે માહેના ૧૬ બચાં મુવેલાં જનમીયાં હતાં, ૨૩ બચાં ૮—૧૦ મહીના નહી થયા ને પી લાઈને મરણ પામીયાં, ૮ બચાં તદ્દન બુબક જેવાં હતાં અને પાંચ વ રસ નહી થયાં ને મરણ પામીયાં; અને અન્યજ એવું એ હતું કે બે બચાંનાં હાથપગના હાડકાં તદ્દન ચુરેચુરો થઈ ગયાં હતાં. એટલી માએની ધાસતીની અસર બચાં ઉપર થઈ હતી.

શી૦—તારે જે આપણા લોકોમાં એવો વીચાર છે જે ઘરણી વખતે હમેલવાલી ઓરતોના બચાં ઉપર અસર થાયે છે તે વીચાર તમારા સમજાવીઆ પરમાંજે કદાચ ખરો હોય.

૬૧૦—અસલના વખતમાં જરે ઘરણુનો કુદરતી મોજીએ એક મોટી આફતની મીસાલે સમજતાં હતાં અને જરે તે વખતે ઓરતો ઘણી વેહેમી અને અગતાન હતી, અને જરા જરા કુદરતમાં ફેરફાર જોઈને ધાસતી ખાતી હતી, તારે ઘરણુની અસર તેઓના બચાં ઉપર થાયે તેમાં કાંઈ નવાઈ જુવું નથી. જો હમેલવાલી ઓરતનાં મનમાં પકો ખેયાલ રહે, કે જો તે ઘરણુની વખતે ફલાણું કામ કરશેતો તેની નીશાણી તેના બચાં ઉપર રહી જશે, અને જો તેવામાં ખનસા લાગે એવું કાંઈ પણ કામ થઈ જાય, કે જો તેના મનમાં ચાલુ વસવસો રહે અને તે તેના મન ઉપર રાત દાહાડો અસર થયા કરેતો કદાચ એવું બની શકે કે બચું પીલાયેલું, ફુબલું અથવા ધુન્નું જનમે; પણ તેના બદલ ઉપર કાંઈ નીશાણી પડે એ વીચાર માનવામાં આવતો નથી. કદાચ કોઈ વેલા એવો સંજોગ બની જાય કે માએના વીચાર પરમાણે બચાં ઉપર નીશાણી નજરે પડે પણ તેથી એવું નથી ઠરતું કે દરેક હમેલવાલી ઓરતના બચાં ઉપર ઘરણુની અસર થવી જોઈયે. આજનાં દીવશ ઉપર આપણે કોઈપણ એવો દાખલો જોયો અથવા સાંભળીયો નથી, જે કાંઈ સાંભળીયેછ તે આપણા વડાઓની વાત હોયેછ; અને તે ઉપર કેટલો ભરૂશો રાખવો જોઈયે તે વીશે તમેજ વીચાર કરો. ડાક્ટર વીલીયમ હન્ટરે ૨૦૦૦ હમેલવાલી ઓરતો ઉપર તપાસ કીધી હતી. દરેકને પુછવામાં આવીયું હતું કે હમેલની વખતે તેઓના મનમાં કાંઈપણ વીચાર અથવા કાંઈપણ ચીજની અસર ચાલુ હતી. તે નોંધીને જનમેલાં બચાં ઉપર તપાસ કીધાથી એવી અસરની બચાં ઉપર કાંઈપણ નીશાની જોવામાં આવી ન હતી, અને જોએને ખેયાલ પણ નહી તેવી નીશાણીઓ કેટલાં બચાં ઉપર જોવામાં આવી હતી. એટલા ઉપરથી ઠરી ચુકેછે, કે માએના ખેયાલની નીશાણી બચાંના આંગના એક ભાગ ઉપર નહી પણ બચાંના મગજ ઉપર અથવા આખા શરીર ઉપર માલમ પડેછે. આખા શરીર ઉપરની અસર નબલાઈ તથા ફુબલાઈ સીવાએ બીજી કાંઈ પણ નજરે પડતી નથી.

શી૦—હજીર લગી ઘરણુ વીશે આપણામાં કોઈ કોઈ કેકાંણે વે હેમ જોવામાં આવેછે ખરા; પણ તમે કહોછો તેમ કોઈનાં પણ બચાંની ઉપર તેની અસર થયેલી મેં જોઈ અથવા સાંભળી પણ નથી.

૬૧૦—એ ઉપરથી તમને હવે ખરાખર સમજ પડી હશે કે માએ

ની તન તેમ મનની હાલત ઉપર બચાં ઉપર કેવી અસર થાયેછે; અને બચું કેવું જનમે, સુખી અથવા દુખી, તે માએની પોતાની હાલત ઉપર ઘણો આધાર રાખેછે.

સા૦—આજે તમે જે સમજાવીયું તે ઉપરથી એટલું ખોલું માલમ પડેછે કે હમેલવાલી ચોરતને તનદરોસતીના કાયેદા પોતાને માટે નહીતો પોતાના બચાંને ખાતર પણ સંભાલવાની જરૂરછે. તેમાં પેહેલી ખોલી હવા અને માફકસરની કસરતની જરૂર વીશે તમે સમજાવીયુંછે અને તે વીશે આપણા લોકોમાં હજુર લગી અનજાણપણું હોવાથી ખરાબી થાયેછે તે અફશોસ કરવા જોગછે. બીજી જરૂરીયાત આણા વીશેની તમે સમજાવી, અને તે ઉપર પણ આપણા લોકોએ ધેઆંન પોંડોંઆડવું જરૂરછે. અને છેલ્લે તમે હમેલવાલી ચોરતે પોતાનો મીજાજ કેવો નરમ, થંદો અને ખુશ રાખવો તેની ખુબી વીશે અછી રીતે સમજાવીયું. આપણા લોકોમાં એ બાબત વીશેનો કાંઈ ખેયોલ પણ નથી.

નાહાવાની તરેહવાર રીત.

—0000—

જુદા જુદા દેશોમાં નાહાવાની તરેહવાર રીત વાપડવામાં આવે છે. સઘલાની મતલબ આંગને સાફ કરવાનીછે; પણ કેટલીએક રીત જરૂર કરતાં વધારે કરી નાખીછે અને કેટલીએક ખાંપણુ ભરેલી રહી ગઈછે. નાહાવાને માટે જુદા જુદા દેશોમાં તરેહવાર જાતના જાહેર હુમામખાંનાઓ બાંધવામાં આવીયાંછે અને તેઓમાં સઉથી સરસ તુરકસથાનમાં જોવામાં આવેછે. એ હુમામખાંનાઓ આખી દુનીયામાં સઉથી પરખીયાત ગણાયેછે અને દરેક મુસાફર એ હુમામખાંનાનો કાયેદા લેયા વગર પોતાની મતલબ પુરી પડેલી જોતો નથી; કેટલાએક જણ એ હુમામખાંનામાં નાહાવામાં મોહોટી મગરૂરી લેછે. એ હુમામખાંના ઘણા મોટા વીસતાર ઉપર બાંધેલાં હોયેછે. પેહેલાં આંગેલા હાલમાં પેસતાંજ એક ખુબસુરત કુવારો નજરે આવેછે અને તેના પાણીથી એ હાલ હમેશા ભીનેલો રહેછે. અહીં સઘલા લોકો પોતાના કપડાં ફાહાડેછે અને લંગોટ સીવાએ આંગ ઉપર બીજું કાંઈપણ કપ

કું રાખતા નથી. એ પછી એક ચોરડામાં તેને લેઈ જવામાં આવેછે અને એક બાસટી ઉપર તે સુવેછે અથવા અધેલાયેછે. એ ચોરડામાં એવી ગોઠવણ કીધીછે કે જ્યેથી તેના આંગ ઉપર ખુશ ગરમી લાગેછે અને તેથી તે થોડાવારમાં પસીને ગરકાવ થઈ જાયેછે. અહીંયાં એક માણસ તેના આંગને ખુબ મસલેછે અને ચંપી કરેછે અને સઘલા સાંધાના કટકા ફેડેછે; પછી બીજા ચોરડામાં લેઈ જઈને તેના આખાં આંગ ઉપર ખુશખોદાર સાબુ ચોપડેછે અને પછી જમ ગમે તેમ ગરમ અથવા થંડાં પાણીએ તે એક તબમાં બેસીને નાહેછે. એ હુમામખાનામાં એ પરમાણે એકથી બે કલાક નીકલી જાયેછે. કોઈ શખસો એથી પણ વધારે વખત રોકેછે. જે લોકોને એવા હુમામખાનામાં નાહાવાની રેવ નહી હોતી તેઓને બાહર નીકલીયા પછી ઘણી થાક અને સુસતી લાગેછે.

મીઠા લેન હાલના ઈજીપ્શીયન લોકોની તવારીખ લખતાં એઓના હુમામખાનાનું અહું બેયાન કરેછે. તે કહેછે કે “ નાહાવાનો ચોરડો જે હુરાસાહને નામે ઓલખાયેછે, તેમાં ટાંકી અને કુંવારાનાં ગરમ પાણીથી અને બાઈલરની ગરમીથી હુવા ગરમ થાયેછે અને જેવો માણસ અંદર જાયેછે તેવો થોડાવારમાં પસીને ગરકાવ થઈ જાયેછે. એ પછી હુમામખાનાનો કામગાર જને મુકીયસાતી કરીને કહેછે તે તરત તેની આગલ આવેછે. જે નાહાનારનાં આંગ ઉપર એકથી વધારે તુવાલ લપટેલો હોયેછે તો તે કાહાડી નાખેછે અને તેને ભીનું માહુજમ આપેછે; અથવા જે આગલથી માહુજમ પેહેરેલું હોયેછે તો તે રેહેવા દેછે અને તેને ભીજવેછે. એ પછી તે ફસફીયેહની સંઘેમરમરની પકતી ઉપર બેસેછે અથવા એક લીવાન ઉપર તુવાલ પાંચરીને અથવા એક ટાંકીની કીનારે સુવેછે અને પછી પેલો કામગાર તેના સાંધાના કટકા ફેડવા મંડી જાયેછે. તે બરડાના કાંઠાના કટકા ફેડવાને માટે તેનું આખું બદન મંડી નાખેછે; અને ગરદનના કટકા પણ ફેડવાને માટે તેને પેહેલે એક ગમ અને પછી બીજા બાજુ તરફ મંડેછે. કોઈ અંજાણા શખસને પેહેલાં તેથી બીહીક લાગ્યા વગર રેહેજ નહી. એમ કીધામાં કાંઈ પણ તેઓ હીક મત ચલાવેછે અને તેમાં કાંઈ પણ ફરિયો નથી. બેઉ કાનને જાંહાંસુધી કટકા કુટે તાંહાંસુધી ચીમતીયા કરેછે. હાથ પગને પણ ખુબ મં

હેછે, પણ એવી કરામતથી કે કોઈ દાહાડે પણ કોઈને હાની પોંહોંએ લી સંભલાઈ નથી. એ પછી તેના પગનાં તલીયાં એક જાતની ઈંટ ના ખભરાયેલા અથવા સુમારા કટકાઓથી ઘસેછે, અને આખું આંગ એક નાહાની જાડી ઉતની કોઠલી (ખીસા) થી ઘસેછે. એ થયા પછી, નાહાનારની મરજી હોયેછેતો એક ટાંકીમાં તે નાહેછે. એ પછી તેને હનાફીહેમાં લેઈ જાયેછે, તાંહાં તેના આખા આંગ ઉપર એક ખ જુરીના સાખા વતે સાચુ અને ખુશખોદાર પાણી ચોપડેછે, અને પછી હનાફીહેના કુવાના પાંણીથી સઘણું ઘોઈ નાખેછે; જો જરૂર પડેછે તો તેની કાખ બોરેછે અને પછી તેને વધારે પાણીથી નહવાડેછે. નાહી રહેયા પછી તેને ચાર તુવાલ આપવામાં આવેછે કે જ્યાં તે પોતાનું બદન ઢાંકેછે અને એ પરમાંજી તે પેહેલા ચોરડામાં આવેછે, તાંહાં તેને માટે એક ખીસતરો પાંથરેલો હોયેછે તે ઉપર તે ચરેતાઈને એક બે કપ કાફીના પીયેછે અને હુકો પીયેછે; એમાં ચરધો અથવા એક કલાક નીકલી જાયેછે; પછી તે કપડાં પેહેરીને બાહર જાયેછે. ઘણા જાણુ અથવાડીયાંમાં બે વખત અને બીજાઓ એક વખત જાયેછે.”

ધરાંની લોકોમાં પણ હમામખાંનાછે, પણ તે તુરકી લોકોની બરાબર પોંહોંચી શકતાં નથી. એ લોકો નાહાવાના કરતાં ઇશકાઈ કરવા ઉપર વધારે ધ્યાન આપેછે; દાહાડી અને બીજા બાલને એક કીસબી પાસે કાલા રંગાવેછે, હાથના અને પગના આંગલાને લાલ રંગ આપેછે અને હાથ અને પગને સુરમાની તરેહવાર બનાવટ કરીને પીલાં રંગેછે. એ કાંમમાં એક બે કલાક નીકલી જાયેછે અને ઘણી વેલાએ નકસી કરવામાં નજદીક બે રતલ વજનની વસતુ વાપડેછે.

રૂશીયા અને યુરોપના ઉતર તરફના દેશોમાં પણ જાહેર હમામખાં નાઓ હોયેછે. એક આગલા ચોરડામાં કપડાં કાહાડવામાં આવેછે. તાંહાંની હવા ખુશ ગરમ હોયેછે. અહીંથી બીજા ચોરડામાં લેઈ જવામાં આવેછે, એ ચોરડામાં ખુશકલ ગરમ બાફ ગરમ પથર ઉપર પાંણી નાખીને પેદા કરેછે; ચોરડાની ગરમી ૧૩૩ દીગરી લગી હોયેછે, એથીકરીને થોડાવારમાં આખું આંગ પસીને ગરકાવ થઈ જાયેછે. એ વખત બદનને હલવેથી બરચ જાહાડની દાંખલીઓની જોડુરીથી ચ મઢાવામાં આવેછે અને પછી સાચુ લગાડેછે, અને તે સઘણું કુકાં પાંણીથી ઘોઈ નાખેછે; અને છેલે આખાં આંગ ઉપર થંડું પાંણી ના

મવામાં આવેછે; નહીતો તે ગરમ બાકુનો ઝોરડો છોડીને નદીમાં નાહાવા જાયછે. અથવા બરફ ઉપર લોટેછે.

ઈંગરેજ લોકો દરીયે કીનારે નાહેછે; અને તેને માટે નાહાવાના સાંચા (Bathing machines) વાપડેછે. કેટલાએક સાંચા એવા બનાવવામાં આવેછે કે જે એક ઘેરાવ ઉપરથી સરીને પાણીમાં તરેછે; કેટલાએક કીનારેથી જરા દુર તરીયા કરેછે. એ સાંચામાં એક નાહાના ઝોરડામાં કપડાં કાઢાડેછે અને એવી ગોઠવણો કીધીછે કે નાહાતી વખતે અથવા નાહી રહેયા આગમંજ અથવા પછી દીલ ઉપર કાંઈ પણ થાંડો પવન લાગે નહી. એ સાંચા માહેથી ગમેતો બાહર નીકળીને દરીયામાં ખેલી રીતે પણ નહવાઈ શકાયેછે. હાલ કેટલાએક જાહેર હુમામખાના તુરકીનાં જવાં બાંધવામાં આવીયાંછે.

ફ્રાંસ અને ઇટલીમાં ગરમ પાણીનાં જહરાઓ ઘણા હાયેછે અને તાંહાંના લોકો એ પાણીમાં નાહાવાને ઘણું પસંદ કરેછે. જે ઘણા ગરમ જહરાઓ હાયેછે તેઓ માહેથી પાણીને બાકુ એકઠો કરવામાં આવેછે, અને તે આખાં આંગ ઉપર અથવા એક હાથ અથવા પગ ઉપર લેવામાં આવેછે. ઘણી વેલા એવી ગોઠવણ કરવામાં આવેછે કે જેથી તરેહવાર ગરમીનાં પાણીની ધાર આંગ ઉપર જોરથી નામવામાં આવેછે.

હીંદુસથાનનાં લોકો તરેહવાર રીતે નાહેછે. કેટલાએક લોકો એક પાટીયાં ઉપર સુઈને બદન ઉપર ગરમ પાણી નમાવેછે અને પછી આંગને ખુબ મસલાવેછે, સાંધાના કટકા ફોડાવેછે અને અંધી કરાવેછે; પછી ખીસાએ આંગ ઘસેછે અને નાહી રહેયા પછી આખે આંગે તેલ મસલેછે. કેટલાએક લોકો નદીને કીનારે અથવા તલાવમાં અથવા કુવા આગલ નાહેછે. બદન ઉપર મતોડી ચોલેછે અને પછી પાણીમાં ડુબકી મારેછે; એટલો વખત આખું આંગ ખેલી હવામાં ઉઘાડું રહેછે. જે લોકો કુવા આગલ નાહેછે તેઓ એક વાસન વતી પાણી કાઢાડીને આંગ ઉપર નામેછે; અને માતરે હાથ પગ પોતાના હાથથી જ મસલેછે.

ઉત્તર અમેરીકાના ઇન્ડીયન લોકોની નાહાવાની રીત રૂશીયન લોકોનાં જેવીછે. તેઓ એક બંધબસત તંબુમાં સુવેછે; તાંહાં ગરમ પથરો ઉપર પાણી નામવામાં આવેછે; બાકુ નીકળીયાથી આંગમાં ખુશ

કલ પસોનો છુટેછે અને પછી તે બાહર નીકલીને નદી અથવા તલાવ માં ફેંકી મારેછે.

સવીસ લોકો નાહાવામાં ઘણો વખત કાહાડી નાંખેછે; કેટલીએક વખત પાંચ છ કલાક પણ થાયછે. લીયુક કરીને એક ગાંમડું આવી યુંછે; તાંહાં એક ગરમ ગંધકનો જહરો આપેલોછે. એ જહરાનું પાણી એક જગામાં એકઠું કરવામાં આવીયુંછે અને તે જગાના ચાર ચોરસ લાગ કીધાછે અને દરેક લાગમાં ૩૦ માણસ સમાઈ શકેછે. દરેક ચોરસ જગાની બાજુએ ફરતી બાસતીઓ મુકવા માં આવીછે અને તે ઉપર અથવા ખુરસીઓ ઉપર બેસીને એક લાંબો ફલાનેલનો ઝલો પૂગ લગી આવે એવો પેહરીને સઘલા પાણી માં બોરાંઈને વાતચીત કરેછે અથવા વાંચેછે અથવા સાંભળે રેબલો મુકીને તે ઉપર આહે અથવા વાઈન ખુશ લેહેનતથી પીયેછે. એ પરમાંણે એકથી તે ચાર કલાક સહવારના અને એટલોજ વખત બપોરનો એ રીતે નાહાવામાં રોકેછે.

હમબોલટ કીયુમાના શેહેરના રેહવાસીઓ તે વીશે એમ લખી જાયે છે કે તેઓ નદીઓમાં ખુરસી ઉપર બેસીને નાહુછે અને પાંણીમાંજ વાતચીત કરીને સાંહાંજનો વખત ગુજારેછે.

ઊંઘ વીશે વધારે સમજ.



જારે આપણે ભર ઉંઘમાં હોઈયેછ તારે આપણી આસપાસ શું વીતી જાયેછે તેની આપણને જરા પણ ખબર રહેતી નથી. એક મુવેલાં માંણસને જોયો અને એક ભર ઉંઘમાં પડેલાને જોયો બરાબરછે, ફરક માતરે એટલોજ રહેછે કે એકમાં આપ્માં બદનતું કાંમ ચાલતું બંધ થઈ જાયેછે, બીજામાં ભેંજાનું અને ઈંદરીઓનું કામ સીવાએ સંઘલું બીજું કામ, જેમકે લોહીનું ફરવું, ફેફસાંમાં દમ લેવો ઈતીયાદી, વગર ખાલમ પડવે ચાલીયા કરેછે. જારે સુઈયેછ તારે વગર ખાલમ પડવે આપણી હાલત બેખબરી થઈ જાયેછે અને દુનીયામાં હસતીછે કે નહી તેની જરા પણ ખબર રહેતી નથી. જારે સહવારે જાગીયેછ તારે મા

લમ પડે છે કે આપણે હજુર સુધી આ કુનીયામાં જીવતા છઈયે. જા
રે મરણ આવે છે તારે માલમ પડે છે કે હવે આખેર આવી, અને જી
વ બદનને છોડીને ચાલતો થશે. જે રાતરે સુવે છે તેને સહવારે જી
વતા ઉઠવાની આશા રહે છે અને એ દેવ એટલી તો સાધારણ છે કે
જીવતા ઉઠશે કે નહીં તે ઉપર તો નરા પણ ખેયાલ થતો નથી. તોય
પણ કેટલાએકે બેખબર ઉંઘમાં જ મરણ પામે છે અને જો એવું બને કે
એક હજાર વરસ રહીને ગયેલો જીવ પાછો બદનમાં આવે તો તે શખ્
સને એટલી લાંબી મુદતની કાંઈ પણ યાદ રહે નહીં; પણ તેને મનસે
એક રાતનો અંતર થયો હોય એટલું જ લાગશે. એ જ પરમાં જો
લોકો ભેજાંનાં રોગથી હરાન થાય છે તેઓ ઘણા દાહાડા સુધી ભર ઉં
ઘમાં બેખબર રહે છે અને જારે તેઓને પાછી હુશીયારી આવે છે તારે
તેઓ એમ જ સમજે છે કે તેઓ થોડા કલાકની ઉંઘ માટેથી સજાગ રૂ
થયા છે. એ જ પરમાં જો લોકો દારૂ તથા અફીમ અથવા હરેક કે
ફી વસતુની કેફમાં ઘણા કલાક લગી પડી રહે છે, તેઓને વખતનો
હીસાબ માલમ પડતો નથી. એવા શખ્સોમાં અને ઉંઘાયેલામાં એ
ટલો ફરક રહે છે કે ઉંઘાયેલાની ઇંદરીઓ ઉપર અસર થઈ શકે છે,
: અને તે જલદીથી જાગી ઉઠે છે; કેફમાં પડેલા અથવા ભેજાંના દરદ
થી બીમાર શખ્સની ઇંદરીઓ ઉપર કાંઈ પણ અસર થઈ શકતી નથી;
અને જો કદાચ થાય છે તો જોવી અસર જતી રહી એટલે તે પાછો બીમા
ર થઈને પોતાની અસલી હાલતમાં પડે છે. જેમ ઉંઘાયેલો શખ્સ ભર ઉંઘ
માટેથી ફારેગ થઈને ફરે હરે છે તેમ એવા શખ્સથી બની શકતું નથી.
એ શખ્સોની હાલત ઉંઘ અને મોહોતની વચ્ચે હોય છે. એ ઉપરથી સમ
જ પડશે કે ભર માણસની ઉંઘની હાલત એવી છે કે જેમાં આસપાસની
ચીજોથી એટલો વખત તે બદન બેખબર રહે છે; પણ એ ચીજો હરેક વ
ખતે તેની ઉપર સેહેલથી અસર કરે છે અને તે પાછો પોતાની અસ
લી હાલતમાં જલદીથી આવે છે, એટલું જ નહીં પણ એક ચોકસ વખ
તમાં ઉંઘની અસર જતી રહે છે. કેટલાએકોનો એવો વીચાર છે કે સ
ઉથી ભરઉંઘમાં પણ આપણું ભેજું અતલમ રહે છે, એટલે આપણો ઉં
ઘનો સઘનો વખત સપનામાં જાય છે, જોકે તે સપના આપણને યાદ
રહેતા નથી.

ઉંઘ દરરોજ ચોકસ વખતે આવે છે; જાંહાંસુધી જે ચીજો આપ

ણી ઇંદરીઓ ઉપર અસર કરીયા કરે તાંહાંસુધી ભેજી જાગરૂત રહેછે. સુરજની રોશની આંખની ઇંદરી ઉપર એક ભારે અસર કરેછે. જે વું અંધારૂં થવા માંડીયું એટલે બદન ઉપરની એક મોટી અસર કરનારી ચીજ જતી-રહેછે અને તરત ઉંઘ આવેછે. આપણે તરેહવાર રીતે રોશનીને રાતરે જારી રાખીયે છઈયે અને તેમ કીધાથી થોડો વખત આંખણે ઉંઘને દુર કરીયે છઈયે, પણ છેલે તદ્દન થાક મહુડીયાથી એ રોશનીની અસર કમતી થતી જાયેછે અને આપોઆપ ઉંઘ આવેછે. જે જંગલી લોકો ગતીની રોશનીથી અંજાણાછે તેઓ સુરજ અસંત પાંખીયા પછી થોડા વખતમાં ઉંઘાઈ જાયેછે, અને જેવું ઝબલકું પડવા માંડીયું એટલે તેઓ જાગરૂત થાયેછે. આપણે સહવાર પડતાં જાગી ઉઠીયેછ તે સુરજની રોશની આપણી આંખ ઉપર પડવાથી બનેછે.

આપણે ગમે તેવો નહીં ઉંઘાવાને મક્કમ ફેરાવ કરીયે, પણ છેલે પોતાની મેલેજ આપણી આંખના તોપાં બંધ થવા માંડેછે અને ઉંઘાયા વગર ચાલતું જ નથી. એમ કેહેછે કે જારે નાઈલની લડાઈ પુર જોરમાં વાંહાંણો ઉપર ચાલતી હતી તારે કેટલાએક જણ ઘણી થાક લાગાથી તુતક ઉપરજ ઉંઘાઈ ગયા હતા. એજ પરમાંણે રંગુનની લડાઈમાં એક લડાઈની સટીમરનો કપટાન તદ્દન થાક લાગાથી બે કલાક લગી પોતાની સઉથી મોટી તોપ કે જે સઘડો વખત પુર જોરથી કાંમમાં લાવતા હતા તેની એક વાર દુર ભર ઉંઘમાં પડી રહેયો હતો. એજ પરમાંણે ગમે તેવાં દુખમાં પણ ઉંઘ આવી જાયેછે. એમ કેહેછે કે દામીયેનજ નામના શખસને જારે સીકયામાં દાખતા અને તેનેજરા પણ વેહેલો મુકતા એટલે તરત ઉંઘાઈ જતો હતો. કારખાંનાઓમાં જાંહાં જરૂર વખત ઉપરાંત કામ કરાવેછે, તાંહાં નાહાના છોકરાંઓને કે તેઓ સમજતાં હતાં કે જે કામ ઉપર તેઓ ઉંઘાશેતો તેઓને મોટી શીખશા કરવામાં આવશે, તોયપણ તેઓ કાંમ કરતાં કરતાં ઉંઘાઈ જતાં હતાં.

તોયપણ એક બાબદ ઉપરજ ઘેવાન આપીઆથી અને તે ઉપરજ ખેવાલ રાખીયાથી ઉંઘ દુર થઈ શકેછે. જે વીચાર ભમતો રહેછેતો ઉંઘ જલદીથી આવી જાયેછે. જે એક ધારણા પુરી પાડવાની જરૂર હોયેતો જાંહાંસુધી તે પુરી પડે નહીં તાંહાંસુધી ઉંઘ આવી શકતી ન

થી. એજ પરમાંણે અંદેશો, હેરાનગતી અથવા હરેક બીજી બાબદ જ્યોત્તી આપણું મન ચટપટ રેહે, તેથી ઉંઘ આવી શકતી નથી. ગમે તેવું સુખ અથવા દુખ હોય, પણ જો તે ચોકસ થઈ ચુકું એટલે પછી ઉંઘમાં કંઈ પણ ખલલ પડતી નથી. આપણે વારંવાર સાંભળીએ છ કે એક ફાંસીની સજાએ પુગેલો ગુનેહગાર અછી રીતે સુવેછે અને તેને આપણે કઠણ હયાંને અંડાલ કરીને કહીએછ; પણ ખરેખરી બી ના એછે કે જાંહાંસુધી તેને જાંદગીની કંઈ પણ આશા રહેછે અને તે ફીકરમાં રહેછે તાંહાંસુધી તેને ઉંઘ આવતી નથી; પણ એક વખ ત નહી થઈ ચુકું, કે તેને હવે જીવવાની આશા રહી નથી એટલે તે અ છી રીતે ઉંઘેછે, અને તે પણ પોતાની જાંદગીની છેલી રાતરે પણ અ છી ઉંઘ કાઢાડેછે.

કેટલીએક બાબદોથી ઉંઘ જલદીથી આવી જાયેછે, જેમકે અંધા રૂં અથવા સમસાન; કેટલાએક લોકો કદી પણ રોશનીમાં ઉંઘાઈ શ કતા નથી. આંખનાં પાંપણ એટલાં પતલાં હોયેછે કે જો માહેથી રો શનીના કીરણ આંખ ઉપર ચસર કરી શકેછે, અને તેથી ઉંઘ આ વી શકતી નથી. એજ ખીસાલે આસપાસ જરે સઘણું સમસાન થ ઈ જાયેછે અને કાન ઉપર કંઈ પણ આવાજ આવતો નથી, તારે ઉં ઘની લેહેરી આવી જાયેછે. ઘણા જણ જરા પણ આવાજ જાગી ઉઠે છે. એજ પરમાંણે બદનને આશાયેશ આપીયાથી એટલે અલેતાયા થી પણ ઉંઘ જલદીથી આવી જાયેછે. એથી ઉલટું વલી તેવ પ ડીયાથી અથવા એકજ તરેહનો દેખાવ અથવા આવાજ આવીયાથી કેટલાએક જણ રોશની અથવા ઘોંઘાત વગર ઉંઘાઈ શકતા નથી. અ કી અથવા જાડી કે જાંહાંથી રાત દાહાડો ઘોંઘાત નીકલીયા કરેછે તે ની પડોશમાં જ લોકો રહેછે તેઓને બીજી એકાંત જગા ઉપર ઉંઘ આવી શકતી નથી; અને જોયો એ ઘોંઘાત બંધ થયો એટલે પણ ત રત ઉંઘ ઉડી જાયેછે. એજ પરમાંણે એકજ તરેહનો આવાજ જેમ કે દરીયા કીનારેનો સાધ, ગાડનાં પાતરાંનું ખડખડવું, મધમાંખીનું ધુંમવું ઇતીયાદી ઉંઘને ઉતેજણ આપેછે. દરેક જાણને ખબરછે કે મં ડલીમાં એક સુસત બાબદ ઉપર એકજ તરેહના આવાજ બોલનાર તથા વાંચનારથી લોકોને ઉંઘ આવી જાયેછે અને જોયો તે આવાજ બંધ પડીયો એટલે તેઓ જાગી ઉઠેછે. એજ પરમાંણે એક સુસત ચોપડી વાંચીયાથી જલદીથી ઉંઘ આવી જાયેછે.

ભર ઉંઘ ઘણી વેલા સુતા એટલે એકદમ તરત આવી જાયેછે; પણ વારેઘડીએ હલવે હલવે આવેછે. એજ પરમાંણે ભર ઉંઘ માહેથી કેટલા તરત જાગરૂત થાયેછે અથવા આસતે આસતે થાયેછે. કોઈ વેલા ઉંઘ અને જાગરૂતી એક એક ઉપર થાયેછે અને તેમ કેટલાએક કલાક સુધી ચાલીયા કરેછે. એક થાકી ગયેલો માણસ જો બેસતાં બેસતાં ઉંઘાઈ જાયેછે તો તરત તેનો બદન ઉપરનો અખતીઆર જતો રહેછે અને દોઢી ઉપર માથું સીધું રહી શકતું નથી, તેથી તે થોડાવારમાં છાતી ઉપર ઝોંકો ખાયેછે. જો ઝોંકો લાગે એટલે તે તરત જાગરૂત થાયેછે; તરત દોઢું સીધું કરેછે અને તરત પાછો ઉંઘાઈ જાયેછે; વલી માથું ઝોંકો ખાયેછે અને એ પરમાંણે ઉંઘ અને જાગરૂતી ચાલીયા કરેછે. કેટલીએક વખત ઉંઘ એટલી હલકી હાયેછે કે તે સવાલ નો જવાબ આપીને તરત પાછો બેઅખતીયાર થાયેછે. સઘલા જાણે રમત કરતાં જોયું હશે કે કાન અથવા નાક ઉપર પીછ લગાડીયાથી એક ઉંઘાયેલો માણસ સેહેજ જાગરૂત થાયેછે અને કાંઈ લાગું હોયે તે કા હાડી નાખવાને હાથ કાન અથવા નાક ઉપર ફેરવેછે અને થોડાવારમાં પાછો ભર ઉંઘમાં પડેછે. જો તેને ઘણાવાર લગી છેરીયા કીધો હાયેતો પછી તે તદ્દન જાગી ઉઠેછે.

મનની હાલતથી પણ ઉંઘ ઉપર અસર થાયેછે. ઘણા જાણના કાનમાં જો તેઓના નામનો જરા પણ હલવેથી સખદ નાખીયો હાયેછે તો તેઓ ચોંકીને ઉઠેછે, પણ તેઓ ઉપર બીજા કોઈ પણ સાધની અસર થતી નથી. એજ પરમાંણે એક ભેજાંનો દરદથી બેખબર પડેલા શખસના કાન ઉપર પોતાના નામનો સખદ જોરમાં પડીયાથી જરા હોશપણું બતલાવેછે, પણ તેની ઉપર બીજા કસાની અસર થતી નથી. સર એડવરડ કાડરીંગટનને માટે એવું કહેછે કે જારે તે પોતાની જીવાનીમાં લારડ હુડને હાથ તલે વાહાન ઉપર “સીગનલ—લેફ્ટેનન્ટ” દખલ કામ કરતો હતો અને પોતાના કામ ઉપર એટલો તો ખાંતી હતો કે દીવસના નજદીક ૧૯ કલાક લગી તે ઉપરજ ઘેરા ન આપતો હતો; અને જારે ઉંઘાતો હતો તારે તેની ઉંઘ એકલીતો ભર હતી કે કાંઈ પણ આવાજથી તે ઉઠી શકતો ન હતો, પણ જો તેના કાન ઉપર જરા પણ હલવેથી “સીગનલ” કરીને સખદ પડીયો એટલે તે તરત ચોંકીને ઉઠતો હતો. એ ઉપરથી તેના સોખતીઓ જારે તે

ઉંઘાતો તારે તેની ઉપર એ બોલ તેના કાનમાં બોલીને મશકેરી ચલાવતા હતા.

ઉંઘ ઘણું કરીને એક ચોકસ વખતે એક ચોકસ અસર થયાથી જતી રહે છે. જેમકે આંખ ઉપર જરા પણ રોશનીનું ફીરણ પડીયું એટલે ઉંઘ જતી રહે છે. એજ પરમાંણે ગમે તેવી ભર ઉંઘમાં થાકેલો એક ડાકટર પડીયો હોયે, પણ તેના ઓરડાનું બારણું જરા પણ ઠોકાયાથી તે જાગી ઉઠે છે. કેટલાએક લોકો જાગૃત થવાને માટે અલા રમ કલાક વાપડે છે અને તેના પેહેલા ટકોરેજ જાગી ઉઠે છે. જે રોશનીની અથવા આવાજની અથવા અલારમ કલાકની પેહેલે દાહાડેથી જ દરકાર કીધી નહી હોયેતો તેઓની અસર થઈ શકતી નથી અને તે ચોકસ વખતે ઉઠી શકતો નથી. કેટલાએક જણને જોવાને એક ચોકસ વખતેજ ઉઠવાની તેવ હોયે છે તેઓ પછી સકારે અથવા ઘણાં અવારે સુતા હોયે છે તોયપણ તેઓ વખતસરજ ઉઠે છે. એટલું જ નહી પણ કેટલાએકો બરાબર ધારેલા વખતે ઉઠી શકે છે; એથી ઉલટું બીજાઓ રાત બેચેન રીતે કાહાડે છે, ઘડી ઘડી વખત થઈ ગયો સમજીને ઝપકીને ઉઠે છે અને છેલે ઉલટી થાક ચહુડે છે તેથી ચોકસ વખતથી અવારો ઉઠે છે.

જેટલો વખત ઉંઘમાં જાયે છે તે ઘણું કરી તે શખસની ઉંમર ઉપર આધાર રાખે છે. એક તરતનું જતમેલું બચું આખો દાહાડો રાત જેટલો વખત ધાવવા ઉઠે છે તેટલો સીવાએ તદ્દન ઉંઘમાં કાહાડે છે, અને જાંઠાં બદનનો વધારો થવાની જરૂર છે તાંહાં એટલી બધી ઉંઘની અગત છે. એજ પરમાંણે માણસ ભર જીવાનીમાં આવે છે તાંહાંસુધી તેને વધારે ઉંઘની જરૂર છે; કાંયેકે તેટલા વખતમાં તેના બદનમાં ફેરફાર કરતાં વધ વધારે થાયે છે. પેહેલાં જે ૨૪ કલાકનો પોણો ભાગ ઉંઘમાં જાયે છે, તે આસતે આસતે અરધો અરધ, પછી એક તરતીયાંઉંશ અથવા એથી પણ કમતો એધો ભાગ થાયે છે. જીવાની પુર થયા પછી વધ થતી નથી અને તારે દીવસના છ કલાકની ઉંઘ બસ થાયે છે. જેમ ઉંમર પુગતી જાયે છે અને બુઢાપો નજદીક આવે છે, અને જારે તન તથા મન ઘણું જોરમાં નહી હોતું, તારે ઉંઘ કમતી થતી જાયે છે; અને જે વધારે લગી ઉંઘાયે છેતો તે ઉંઘ કદી પણ આશાયેશની હોતી નહી. ઘણાં બુઢાં માણસોને વલી વધારે ઉંઘની જરૂર છે

કાંચેકે તેઓની પાચન શક્તી કમતી થયાથી, થોડી પણ કસરત પછી તેઓને વધારે આશાયેશ લેવાની જરૂર પડેછે.

વલી જવો માણસનો મીજાન તે પરમાંણે તેની ઉંઘ લાંબી અથવા ટુકી હોયછે. લોહીયાર મીજાનનો માણસ ખાણું ખાધા પછી ઉંઘાયેછે અને તે ઓછાંમાં ઓછા ૯—૧૦ કલાક ઉંઘાયા સીવાયે પાછો તાજે થઈ શકતો નથી. એથી ઉલટું પતલા માણસોને ઉંઘ થોડી હોયછે, પણ તેટલી થોડી ઉંઘ હમેશાં ભર હોયછે. બલગમી મીજાન વાલો જાતે ભારી અને સુસત હોયછે અને તે ઘણો વખત ઉંઘમાં કાહાડેછે.

વલી ઉંઘ તેવ ઉપર પણ આધાર રાખેછે. કેટલાએક હુશીયાર ચાલાક માણસો થોડો વખતજ ઉંઘમાં કાહાડેછે. ફરેડરીક ધી ગરેટ અને જાહાન હનટરને માટે એમ કેહેછે કે તેઓ પાંચ કલાકથી વધારે ઉંઘમાં કાહાડતા ન હતા. એથી ઉલટું વલી કવીન નામના નાટક કરનારને માટે એમ કેહેછે કે તે લાગત ૨૪ કલાક સુધી રેહેતો હતો; અને ડાકટર રીડને માટે કેહેછે કે તે બે દાહાડાનું ખાઈ લેઈને બે દાહાડા લગી સુઈ રેહેતો હતો.

પરચુટણ.

સીવવાનો સાંચો, દરદોનું એક કારણ—સીવવાનો હોનર હાલ સાંચાની મદદથી પુશકલ ચાલેછે અને યુરોપ તથા અમેરીકામાં ઘણુંકરીને ચોરતો કાંમે વલગેછે. એ સાંચો ચલાવવામાં બેઉ પગની ચાલુ કસરત થાયેછે અને તેથી ચોરતોમાં ઘરભના દરદો પુશકલ થાયેછે; તેઓના દસતાનમાં ખલલ પડેછે, ધાત જાયેછે, નબલાર્ધ પેદા થાયેછે અને તેથી તેઓને છેલ્લે એ ધંધો છોડી દેવો પડેછે. કોઈ વેલા દરદ એટલુંતો જોરમાં થઈ આવેછે કે તેથી મરણ પણ નીપજેછે. આપણા લોકોમાં સીવવાનો હોનર દરેક કુટુંબમાં પુશકલ ચાલેછે, તેઓએ સંભાલ રાખવી જરૂરછે કે હાલ જ હાથનો હોનરછે તે ઉપરજ સખર કરે અને એવા સાંચાઓથી પરહેજ રહેવું. મરદો એ સાંચા સાથે વગર અડચણે કાંમે કરી શકેછે.

સુકી મતોડીથી ગલીથી દુર કરવાની રીત—મધરાત્ર શેહેરના સાનીટરી કમીશનર મી૦ રાનકીંગ એવીશે અજમાયશ ઉપરથી આ નીચે જણાવીયા પરમાંણે વીચાર જણાવેછે.—“ સુકું મતોડું બદખોને તારાજ કરનારો એક અછો ગુણુગારો અને સસતો ઉપાયેછે; તે વાડા ની ગલીચીને કોહોતાં અટકાવેછે. એક સાધારણ જાહાડો જેમાં આ સરે વજનમાં ૫ ઓંનસ ઘટ વસતુ અને ૧૧ ઓંનસ પાંણી આવે છે, તેનો બદખો તદ્દન દુર કરવાને માટે નજદીક હડી રતલ અને દર ગાલન પીશાબને સુસી લેવાને અને તેનો બદખો દુર કરવાને ૩૬ રતલ મતોડીની જરૂર છે. જો દર દીવસમાં દર માણસ દીઠ એ બેઢનો કોહોડ રતલ વજન ગણીયેતો દર વરસે હજાર માણસ દીઠ નજદીક ૧૦૯૯ ટન મતોડાના ખપની જરૂર પડીયા વગર રહે નહી. જારે મ તોડાના એટલા મોટા જથાની જરૂર પડેછે તારે તે ઉપાયે મોટા શેહેર માં લાણુ પાડવાને ઘણું જ બીકરછે. મતોડી પસંદ કરવામાં પણ સા વચેતી રાખવી જરૂર છે, કાંપેકે જે કામ વાડી માહેની મતોડીના સાત રતલમાં થાયેછે, તેજ કામ કરવાને ૧૭ રતલ કરેલની જરૂર પડેછે. જે સાંચામાં એ વાડાની ગલીચી મતોડાં સાથે મેલવવામાં આવેછે, તે જો અછી રીતે કાંમ કરેતો કદી પણ એ મેલવણી થયા પછી કાંઈ પણ ગં ધીલી માલમ પડે નહી અને જારે ગમે તારે તે ઉંચકી નાખવામાં આ વેતો કાંઈ ફીકર નથી. એ મેલવણી જારે મુકાયેછે તારે ઘણી લાંબી મુંદત લગી વગર અડચણે એક જગા ઉપર એકઠી રાખી રાકાયેછે; પ લુ જે તેમાં પાંણી લાણું નો તરત ગંધ પેદા થાયેછે. જારે તે મેલવણી ને જમીનમાં ખાડા બોરીને નાખવામાં આવે અને પછી તે ઉપર મતો ડાંનું જ કાંકણુ કરવામાં આવેતો છ મટીના રહીને પછી તે કાહાડવામાં આવેતો કાંઈપણ તે માહેથી વાસ આવતો નથી.”

પેટ ચીરીને બચું કાઢાડીયું ! —બેલીચપત્ર દેશનાં એક ઘરજ વાલી એરત બચાં સાવ નરણુ પાત્રી અને તાંહાંના પાદરીએ બચાંનો જાન સલામત રાખવાને માટે તે સુવેલી એરતનું પેટ ચીરીને તે માહે થી બચું કાઢાડીયું હતું; પાદરીએ એ પરનાણે પોતાની હઠથી આ હર બંધ એક જાન બચાવાને માટે એટલી બધી હીમત ચલાવી તે ઉપરથી તેને એક મટીનાની કેદની સજા કરવામાં આવી હતી. આ વાલ એ કહે છે કે પાદરીએ એ પરનાણે કરણું જોઈતું હતું કે નહી ?

ચર્યા પતરીઓને અબર:



પીરોજબાઈ મંચેરજી—અરફ થકું છે કે ગરમ? તેની સમજ આવતા આંકમાં આપશું.

આઠ દશ મહીનાનાં બચાંને અરફ પાણી આપીયામાં કાંઈ પણ અવગુણ નથી.

થશક—છાતીમાં દાહ બલે છે અને મોહોડામાં પાણીના ગચકરાં આવે છે તેનું કારણ ખોરાક હજમીયત નહીં થયાથી હોય છે. જે પાણીનાં ગચકરાં આવે છે તે હાજરીમાહેથી આવે છે. એ વીશની વધારે સમજ જોગવાઈએ.

નવસારી—માયામાં ખોરા સાથી થાય છે અને તેનો ઉપાયે શું કરવો તે નું બેયાન હવે પછી.

૨. અરશથી દાતણ અછી રીતે કીધા પછી અને જીભ ઉપરની થરી સાફ કીધા પછી પણ અપોર પડીયા એટલે મોહોડું વાસ મારવા માંડે છે તેનું કારણ તમારા કોઠાની હાલત ખરાબ હોવાને લીધે હોય છે. જેને અજીરણ હોય છે તેનું મોહોડું હમેશાં વાસ મારે છે.

૩. ગાલ ઉપરના ખીલનું બેયાન અને ઉપાયે જોગવાઈએ.

૬. નાકમાં નીત કાંઠાથી પેદા થાય છે તેનું બેયાન હવે પછી.

ક. ખ. ગ.—એમ કહે છે કે પાર નામનો એક ઈંગરજ ૧૦૦ વરસની ઉમરે પુગો તાર પછી તે એક જવાન ઓરત સાથે પરણીયા અને તેને પેટે છોકરાં થયાં હતાં. ઘણું કરીને મરદમાં ૫૦ થીતે ૬૦ વરસ લગી અને ઓરતમાં ૪૦ થી ૪૫ વરસ લગી બચાં પેદા કરવાની શક્તી રહે છે. ઓરતમાં ૬ સતાન અંધ થયું એટલે બચાં પેદા થતાં નથી. ગરમ અને થંડાં દેશમાં એ વીશ નો ફરક રહે છે. ગરમ દેશમાં મરદ ૧૬ મે વરસે અને ઓરત ૧૪ મે વરસે ભર જીવાનીમાં આવે છે; પણ જો મરદ ૧૮ મે વરસે અને ઓરત ૧૬ મે વરસે પરણે તો વધારે ફાયદો થાય. ભરથાર તથા બાયેડીની ઉમર એકસરખી હોવી જોઈએ. એ વીશ ગયા આંકમાં “બચાંની તનદરોસતી” ના મથાલેની બાબદમાં સમજાવીયું છે. ડાકટર આકટન કહે છે કે મરદ અને ઓરતની સોહબત મહીનામા ચાર વખતથી વધારે હોવી નહીં જોઈએ. જે લોકો વધારે હવસ રાખે છે તેઓ આક્રિયતે હોરાન થાય છે. મરદની ધાત નબલી થાય છે અને ૩૦—૩૫ વરસમાં જીંદો થઈ જાય છે. ઓરતને તરેહવાર મરજો પેદા થાય છે.



તંનદરેસતી.

એપરેલ ૧૯૬૯.

મુંબઈ શેહેરની ગટરો.



ગટરની બાબદ, તેની બાંધણી અને તેના ખરા ઉપયોગ વીશે લોકોને એટલુંતો થોડું ગનેઆનછે અને મોટી ગટરો બાંધવા વીશે વીધવાનોમાં પણ એટલાંતો જુદાં જુદાં મત પડેલાંછે, કે એક ઉધરતાં શેહેરમાં તે વીશેનો કેવી રીતે બંદોબસત કરવો તે એકદમ સમજ પડી શકતું નથી. ગટરો બાંધીયા આગમજ બે બાબદનો વીચાર કરવો પડેછે. પેહેલું, એ ગટરોમાં શું શું ચીજો જવી જોઈયે; અને બીજું, એ ચીજો પસાર કરવાને માટે શેહેરમાં પુરતું પાણીછે કે નહીં ? ગટરો પાણી ઉપર એટલોતો આધાર રાખેછે કે કેટલી વખતે પાણીની કોંતાઈને લીધે ગટરો કામમાં લાવવાને મુશ્કેલ પડેછે અને તેઓ ફાલેલો કરીયાને બદલે ઉલટી મોટી નુકસાનીનું કારણ થઈ પડેછે.

એટલીતો અગત સઘલાને ખબરછે કે દરેક જાતની ગલીઓ શેહેર અને વસતી માટેથી દુર કરવી; નહીંતો તે એકઠી થઈને નુકસાની કરેછે. ગાંમડાંઓમાં ગલીઓ થોડી થાયછે અને તે એટલીતો સેહેલથી જમીનની મતોડી સાથે મલી જાયછે, કે તેથી કાંઈપણ અવગુણ માલમ પડતો નથી. મોટી જમીન આગલ થોડી ગલીઓ કાંઈ પણ સુમાર રાખતી નથી; પણ જરે થોડી જગામાં મુશ્કેલ ગલીઓ થાયછે, તો તેનો અવગુણ માલમ પડી આવેછે. ગલીઓ ચીજોમાં પેહેલવેહેલી અગતની દુર કરવાનેગ ચીજ માણસ અને જાનવરનો જાહાડો અને પીશાબછે; બીજી, રસતા ઉપરનો કચરો અને કોહેલી તથા કોહોતી વસતુ; તરીજી, રાંધવા સીધવાનું, નાહાવા ધોવાનું

ઈતીયાદી ગલીય પાણી, અને ચોથું વરસાદનું પાણી; અને જોકે એ છેલું ગલીય ચીજમાં ગણાયે નહીં તોયેપણુ જો તેને એકદું થવા દીધું હોયતો ગલીચી કરીયા વગર રહે નહીં. એટલી ચીજો વસતી માહેથી દુર કરવાની જરૂર છે.

હવે મુંબઈ શેઢેરમાં એ ગલીચી કેવી રીતે દુર કરવામાં આવેછે, તેમાં શું શું ખામીઓછે, અને તેને સુધારવાના શું શું ઉપાયો લેવા જરૂર છે તે તપાસી જોઈયે. મુંબઈ શેઢેરના નાહાના રસતાઓ ઉપર ન જરૂર કરતાં બેઉ બાજુએ સાંકડી નજદીક દોહોડ કુટ પોહોલી અને બે ફીટ ઉંડી ગઠરો નજરે પડેછે. નાહાની ગલીઓમાં એ ગઠરો ઉઘાડી જોવા માં આવેછે; અને તેમાં જથુક ગંધાતો કાલો કાદવ અને ગલીય પાણી જોવામાં આવેછે. એ ગઠરોની તલીયે પથરની ફરસબંદી કીધેલી નથી, પણ માતરે ખોડેલી જમીનજ રહેવા દીધીછે અને તેથી કાદવ તેની સાથે વલગી રહેછે અથવા તેમાં પચેછે અને જાંહાં પડીયો તાંહાંથી આગલ જઈ શકતો નથી; કાદવ ઉપર ગલીય પાણી રહેછે, અને તે પણ જાંહાં પડીયું તાંહાં થમ પડી રહેછે. કોઈ કોઈ વેલા જરે એ ઉઘાડી ગઠરો ભરાઈ જાયેછે, તારે માણસો હાથે અને પાવરા વતી તે માહેથી કાદવ કાહાડી નાખેછે અને પછી તેમાં રહેલા પાણીને એક જાહાડું વતી આગલ ઘસડેછે; પણ એ ગઠરોમાં કાંઈ પણ ઘેરાવ નહીં રાખી યાથી પાણી જાંહાંનું તાંહાં રહી જાયેછે અને તે માહેથી તે વખતે એ ટલોતો બદખો નીકલેછે કે રાહાદારીઓને નાકે હાથ દીધા વગર પસાર થવાઈ શકાતું નથી. એ ઉઘાડી ગઠરોમાં દરેક ઘરની મોરોઓનું ગલીય પાણી દાખલ થાયેછે. તેની સાથે કેટલોએક કચરો, રાખ, વ નસપતી ઈતીયાદી ચીજો પડેછે. તે સાથે રસતા ઉપરનો કચરો અને ધુલ, કાદવ ઈતીયાદી દાખલ થાયેછે; અને તેથી એ ગઠરો જથુક ભરાયેલી રહેછે. એ ગઠરો ઉઘાડી રહેયાથી આસપાસનાં રહેવાસીઓને હુમેશાં બદખો ખમવો પડેછે અને તેઓની તનદરોસતી પણ બીગડેલી રહેછે. ઘોરી રસતાઓ ઉપર એ બાજુની ગઠરો જોવામાં આવતી નથી; પણ રસતાની વચોવચ જમીનની અંદર સપાતીથી નજદીક તરણ ચાર ફીટ ઉંડાઈએ એક ગઠર ચુના પથરથી બાંધી લીધેલીછે; અને તે ઉપર પથરાનાં મોટા કટકાઓ ગોઠવી દીધેલાછે. એ પથરાઓની વચે વકતારો રહેછે અને તેથી તે માહેથી પુશકલ ધુલ ગઠરમાં

પડેછે. એ ગટરો તરણ અથવા ચાર ફીટ પોહોલી અને ૪ થી ૫ ફીટ ઉંડી રાખવામાં આવીછે; પણ એ ગટરોમાં કાંઈ પણ ચોક્કસ ઘેરાવ નહીં હોવાથી અને પુરતું પાણી નહીં મલીયાથી કાઢવાથી ભરાઈ રહે છે અને વંરસમાં એક બે વખત જમીન ઉખડીને ગટરો હાથે સાફ કરવામાં આવેછે. એ મોટી ગટરોમાં દરેક ઘરની મોટી તથા વાડાનું પાણી જાયેછે; અને એટલા માટે એ મોટી ગટર અને મોટીનાં નલ તથા વાડાની ગટરો એક સાંકડી ગટર બાંધીને જોડી દીધેલીછે. એ સાંકડી નાહાની ગટર ઘણી વેલા રાખ તથા કચરાથી ભરાઈ જાયેછે અને તેથી મોટીનું પાણી પસાર થઈ શકતું નથી. વલી મોટી ગટરો માટે થી જથ્થક બદખો હવા પેદા થાયેછે અને એ નાહાની સાંકડી ગટરનાં મોહોડાં આગલ અથવા મોટીમાં કાંઈ પણ બંદોબસત નહીં હોવાથી એ બદખો હવા ઘેરમાં ફાપલ થાયેછે અને તેથી રહેવાસીઓને હમેશાં સોસવું પડેછે. વાડાની ગટર ઘણુંકરીને ઉઘાડીજ રાખવામાં આવે છે અને તે માટેથી કેટલું એક ગલીચ પાણી જાહાડાનો કેટલોએક ભાગ સાથે લેઈને ચાલુ પસાર થાયેછે; અને એ જાહાડા સાથનું મલેલું પાણી મોટી ગટરમાં જાયેછે. કોઈ વેલા અને ઘણુંકરીને વરસાદનાં દીવસો ઉપર ઘેરા લોકો જાહાડો ઉંચકી લેઈ જવાની મેહેનત બંચાવા ને માટે તેને પાણી સાથે મેલવીને લાગલો મોટી ગટરમાંજ પસાર કરી દેછે. એ સીવાએ વરસાદનું પાણી એ મોટી ગટરોમાં પસાર કરવામાં આવેછે અને તેને માટે રસતાની બેઉ બાજુએ છેટે છેટે એક પથરમાં ચાર પાંચ આંધરાં પાડીને તેની હેઠલ એક નાહાની ગટર બાંધેલીછે અને તે મોટી ગટર સાથે જોડાયેલીછે. એ ગટરો હમેશાં મોટાંથી ભરાઈ જાયેછે અને વરસાદનાં દીવસો ઉપર તેને ઉખેડીને સાફ કરવાની જરૂર પડેછે. એ મોટી ગટરોનાં મોહોડાં દરીયે કીનારે જુદી જુદી જગા ઉપર કરવામાં આવીયાંછે અને તેથી ગલીચ પાણી અને કાદવ સઘલો દરીયામાં નાખવામાં આવેછે. એક બે ઠેકાંણે એ ગટરનું મોહોડું છેક દરીયામાં ઓટની નીશાણુ લગી લેઈ જવામાં આવીયાંછે અને તેથી તેનો વાસ માલમ પડતો નથી. પણ કેટલીએક જગમ તેનું મોહોડું ઘણે છેટે રાખવામાં આવીયુંછે અને તેથી ઓટની વેલા ચાલુ તે માટેથી બદખો નીકલેછે અને રાહાદારીઓને તેમ આસપાસ રહેનારને ઘણું સોસવું પડેછે.

એટલા ઉપરથી સમજ પડશે કે મુંબઈ શેઠેરની હાલની ગઠરોમાં ધરતું, રાંધવા સીધવાતું, તથા નાહાવા ધોવાતું પાણી, વરસાદનું સ ધણું પાણી, રસતા ઉપરનો કચરો તથા બીજી ગલીઓ અને થોડુંએક સંડાસનું જાહાડા સાથે મલેલું પાણી પસાર થાય છે; મોટી અને ગ લી ગુચીની નાહાની ગઠરોમાં કાંઈ પણ ચોક્કસ ઘેરાવ નહીં રાખીયાથી તે જલદીથી કાદવથી ભરાઈ જાય છે. ગઠરો માટેથી ચાલુ બદલો મો રીને રસતે ધરમાં પસાર થાય છે; ટુકામાં જે મતલબથી ગઠરો બાંધવા માં આવી છે, તે કામ પાર પડી શકતું નથી. એ ગઠરોમાં માણસ તથા જાનવરોનો જાહાડો નાખવામાં અથવા પસાર કરવામાં આવતો નથી; એ ગલીઓ ઉચકી લેઈ જવામાં આવે છે અને છેલે તે પણ દરી યામાં જ નાખવામાં આવે છે. એ જાહાડાને વીશે બીજી જોગવાઈએ વ ધારે લંબાંતથી સમજાવશું. હાલ એટલું જણાવવાની જરૂર છે કે તેને મોટી ગઠરોમાં પસાર થવા દેતા નથી.

હવે એ ગઠરો જે મતલબથી બાંધવામાં આવી છે તે કાંમ પાર પ ડતું નથી તેનું કારણ જાણવાની જરૂર છે, કાંયેકે તે ઉપરથી તેનો ઉ પાયે પણ સમજ પડી શકશે. આગલ જણાવવામાં આવીયું હતું કે મુંબઈ શેઠેરની જગા એકસરખી સપાટ નથી; કેટલીએક દરીયાની શ પાટીથી ઉંચી અને કેટલીએક નીચી છે. હવે ગઠર બાંધવાને માટે જ મીન હમેશાં દરીયાની સપાટીથી ઉંચી હોવી જોઈએ; કાંયેકે ગઠર મા, હુથી કાદવ અને પાણીને જલદીથી પસાર થવાને માટે દર ૨૦ ફીટ એક ઇંચનો ઘેરાવ હોવો જોઈએ; એટલે દર માઈલે એછાંમો એ છો ૨૨ ફીટનો ઘેરાવ રાખવાની જરૂર છે. મોટી ગઠરો મોટા ૨ સતાઓ ઉપર બાંધવામાં આવે છે. હવે જરૂરે તેમાં ગલી ગુચીઓ ની સાખાઓ તેને આવીને મલે છે, તારે જરૂર છે કે મોટી ગઠર જ મીનમાં ઘણી ઉંડાઈએ બાંધવી જોઈએ; એટલે મોટી ગઠરનું ટલીયું જમીનની સપાટીથી એછામાં એછું ૧૦ અથવા ૧૨ ફીટ નીચે આ વડું જોઈએ. ગઠર વસતીવાળા લાગમાં બાંધવામાં આવે છે અને જે મુંબઈ શેઠેરનો વસતી વાલો લાગ ગણીયેતો મોટી ગઠર લાંબામાં લાં બી જે માઈલથી વધારે થાય નહીં; હવે જે જે માઈલ ગઠરના મો હાડાં બેઠ છેડેથી કરવામાં આવેતો ગઠરનો સઉથી ઉંચો લાગ વચોવ મમાં આવે. હવે જરૂરે વચમાંથી બેઠગમ ઘેરાવ રાખીને બાંધવા માં

ડેતો એક માઈલને છેડે આવતાં ગટરનું મોહોડું જમીનની સપાટી થી ૩૨ અથવા ૩૪ ફીટ નીચે આવવું જોઈયે. જે એટલો ઘેરાવ રાખીને મુંબઈ શેઢેરમાં ગટર બાંધી હોયેતો કેટલીએક નીચી જગાએ ની પુરાણી કરી લેવી પડે; અને આખરે ગટરનું મોહોડું દરીયાની સપાટીથી છેક ૩૦ અથવા ૩૨ ફીટ નીચે જાયે; એવા મામલામાં ગટરનો કાદવ તથા પાણી પોતાની મેલે નીકલી શકે એ મુશ્કેલ જવુંછે. એવી વખતે એ કાદવ તથા પાણી કાઢાડવાને સાંચાઓની મદદ લેવાની જરૂર પડેછે. એ ઉપરથી સમજ પડશે કે સાંચાઓની મદદ વગર આપોઆપ સઘલી જાતની ગલીચી દરીયામાં ચાલી જાયે એવી ગટર બાંધવાને મુંબઈ શેઢેરમાં મુશ્કેલછે.

પણ ગટરનો કાદવ તથા પાણી પસાર થવાને માટે ગટરના ઘેરાવ સીવાએ પુશકલ પાણીની જરૂરછે; કાંયેકે પાણી વગર એટલા ઘેરાવથી પણ ગટરો ભરાઈ જાયે તેમાં નવાઈ નથી. કાદવ જાતે ઘણો ભારી હોયેછે અને તેને આગલ ઘસડવાને માટે પુશકલ પાણી ખુબ જોસથી પસાર થવું જોઈયે. વરસાદના દીવસો ઉપર નજદીક તરણ ચાર મહીના ગટરને પુશકલ પાણી મલેછે, પણ બાકીના ૮ મહીના ગટરમાં પાણીની ઘણી કોતાઈ હોયેછે અને જારે ગટરોને કાંઈપણ ઘેરાવ નહી હોયે તારે જલદીથી સમજ પડશે કે ગટરો કાંયે નહી ભરાઈ રહે. એમ કેહેછે કે ગટરોને ઘોઈ નાખવાને માટે શેઢેરમાં દર માણસ દીઠ ૨૫ થી તે ૩૦ અથવા તેથી પણ વધારે ગાલણ પાણી હોવું જોઈયે. હાલ વેહારનું પાણી ભાયેગે માણસદીઠ ૧૦ ગાલણ પુર પડતું હોયે; તારે હાલ મુંબઈ શેઢેરમાં ગટરને બરાબર કામમાં લાવવું એ સપના સરખું કામછે.

જારે મુંબઈ શેઢેરમાં હાલ લાયેક ગટરો બાંધવાનું મુશ્કેલછે, તારે હાલ જે કામ ચાલેછે તેને સુધારવાના શું ઉપાયો લેવા જોઈયે. જાંહાંસુધી પાણી પુરતું મલે નહી તાંહાંસુધી માણસનો જહાડો અંદર દાખલ કરવો તદ્દન ખેવડુંકાઈછે. જે હાલ ગલીચી દાખલ થાયેછે તે બસછે. / મોટી ગટરોનાં કરતાં ઉઘાડી સાંકડી ગટરો અને ઘરને લગતી ગટરો ઉપર હાલ વધારે ઘેવાન પોંહાંચાડવાની જરૂરછે. ઉઘાડી ગટરો કાઢાડી નાખીને દરેક ગલીઓની વચે મોટી ગટરોની મીસાલે નાહાની ગટરો બાંધવી અને તે ખેડને મેલવી દેવી. ઉઘા

ડી ગટરો મુંબઈ શેઠેરને હાલના વખતમાં ખરેખર એમ લગાડે છે. ઘોલી તલાવ ઉપર હાલ રસતાની ખેડ બાજુ ઉપર ઘણી જ ડંડી ગટરો છે અને તે માહેથી જ બદળો નીકલે છે તેથી આસપાસના રહેવાસી એની તનદરોસતીમાં બીગાડો થાય છે તેમાં કાંઈ શક નથી. બીજી સુધારો એ થવો જોઈએ કે જો ગટરો ઘરની અંદર મોટી ગટરની વચ્ચે બાંધવામાં આવે તેમાં એવો બંદોબસત કરવો કે ગટરની ગંધીલી હવા ઘરમાં દાખલ થાય નહીં, અને એ નાહાની ગટર કચરાથી ભરાઈ રહે નહીં; એટલા માટે એ ગટરો ચુના પથરની બાંધીયાને બદલે કે અથવા ટ ઈંચ વેઆશના મટોડીના સુમારા નક્કો વાપડવા અને જ્યાં હાં તે મોટી ગટરની સાથે મલે તાંહાં એક ઢાંકણ રાખવું, કે જ્યાં સુધી કચરો પાણી પસાર થાય પણ ખરાબ હવા દાખલ થાય નહીં.

હાલ મોટો ખર્ચ કરીને કોટમાં એક મોટી ગટર બાંધવામાં આવી છે; પણ એ ગટર સાથે ઘણા જ થોડાં ઘરનો સંજોગ કરવામાં આવીયો છે, તેથી હજુર કેહેવાઈ નથી શકાતું કે તે જોવી વીચારવામાં આવે છે તેટલી ઉપયોગી થઈ પડશે કે નહીં.

ગટરનો કાદવ અને ગલીય પાણી એક અછું ખાતર બની શકે છે અને તેથી થોડાં વરસ થયાં મનબુત ભલામણ કરવામાં આવે છે કે એવી કીમતી વસતુને દરીયામાં નાખી બરબાદ કીધા કરતાં તેને વેરાત જમીનને સુધારવાને માટે કામમાં લાવવું. એ સાથે માણસનો જાહાડો એજ કામને માટે ઘણો ઉપયોગી માલમ પડીયો છે અને તેને પણ બરબાદ કરવો નહીં જોઈએ. માણસના જાહાડામાં અને કાદવમાં શું બીજું આવે છે કે જ્યાં તે એવી રીતે ઉપયોગી થઈ પડે છે તે હવે પછી સમજાવશું.

મુંબઈ શેઠેરમાં મરણ.

મરણનાં કારણો.

૧

મુંબઈ શેઠેરમાં જ દર વરસે સરાસરી નજદીક ૧૯૦૦૦ મરણ નીપજે છે તે શા કારણથી બને છે તે જાણવાની ઘણી અગત્ય છે, કાંપેકે તે ઉપરથી આપણને માલમ પડી આવે કે કીયાં દરદેથી મરણ વધારે

થાયેછે; કેટલાં માતરે યુદ્ધાપણામાં મરણ પામેછે અને કેટલાં અકસ્માતથી મરેછે. એ સઘલી બાબદ જાણવાની જરૂર છે કાંયેકે તે ઉપરથી સમજ પડે કે કીયાં દરદોનો અટકાવ થઈ શકે એવું છે અને કેટલા જાણ ફોકટ બરબાદ જાયેછે.

હાલ જે રીતે મરણો નોધવામાં આવેછે તે ઘણા ખાંખી ભરેલી રીતે થાયેછે. દરેક મરણ નોધવામાં આવેછે ખરાં, પણ તેનું ખેયાન મરનારનાં અતલગનાં સગાં અથવા દોસતદારોથી મલી આવેછે અને તેઓ ઘણી વેલા મરનારનાં દરદથી તદ્દન અજાણા હોયેછે. ઘણુંક રીતે મરણનું કારણ તાપ કરીને લગાવી દેછે કે તે પછી તેની વધારે પુછપરછ થાયે નહીં. ઘણાખરાં દરદોમાં તાપ થોડી અથવા વધુ આપ્રીયા વગર રહેતી નથી, અને તેથી એવાં સઘલાં દરદો તાપને નામે નોધાયેછે. જે કાંઈ પણ ખરા રીપોર્ટ મલેછે તે હાસપીટલમાંથી આવેછે. એ ઉપરથી સમજ પડશે કે મરણનાં કારણો જાણવાં ઘણું બીકટછે. કેટલાએક દરદોથી નીપજતાં મરણો નોધવા જોગછે, જેમકે સહીયડ, ગોવડ્ડ, કોલારો, અને તે દરદો ઘણુંકરીને બરાબર નોધવામાં આવેછે; અને એ ફેલાતા રોગથી નીપજતા મરણો સાથેજ હાલ આપણને કાંમછે; કાંયેકે માતરે એ દરદોથી નીપજતાં મરણો બીજા સઘલા કારણોથી નીપજતાં મરણોનાં દર પાંચ મરણો એક મરણ થાયેછે. વલી કેટલાએક અકસ્માતથી મરણો નીપજેછે અને તે પણ જાણવા જોગછે, કાંયેકે એટલા જાણ વગર મોહોતે બરબાદ થયા એમ ગણાયેછે.

૧૮૬૦ થી ૧૮૬૭ લગીમાં આ નીચે જણાવેલાં દરદોથી મરણ નીપજ્યાં હતાં.

| | ૧૮૬૦ | ૧૮૬૧ | ૧૮૬૨ | ૧૮૬૩ | ૧૮૬૪ | ૧૮૬૫ | ૧૮૬૬ | ૧૮૬૭ |
|-------------|------|------|------|------|-------|-------|------|------|
| કોલારા.... | ૧૬૮૭ | ૧૨૫૧ | ૨૬૩૪ | ૨૭૪૨ | ૪૫૮૮ | ૨૫૩૭ | ૩૨૪ | ૧૧૧ |
| સહીયેડ.... | ૧૮૧ | ૧૬૦૦ | ૧૬૯ | ૧૧૧૩ | ૧૬૭૮ | ૫૬૬ | ૧૦૭૯ | ૧૦૫૫ |
| ગોવડ્ડ..... | ૯૨૭ | ૭૬ | ૨૯ | ૪૯૨ | ૧૪૩ | ૪૦૦ | ૪૮૫ | ૨૪ |
| તાપ | ૬૨૩૧ | ૭૦૨૪ | ૬૯૩૩ | ૯૪૯૯ | ૧૩૦૩૫ | ૧૮૨૪૩ | ૯૮૨૩ | ૫૬૭૪ |
| અકસ્માત . . | ૧૭૩ | ૨૦૯ | ૧૭૮ | ૨૦૮ | ૨૯૧ | ૩૩૮ | ? | ૨૫૩ |
| બીજાં કારણો | ૪૯૪૯ | ૫૭૦૩ | ૫૨૧૫ | ૫૬૯૩ | ૫૪૭૧ | ૫૪૧૮ | ૫૦૨૯ | ૮૩૮૩ |

૧૪૧૪૮ ૧૫૮૬૩ ૧૫૧૫૮ ૧૯૭૪૭ ૨૫૨૦૬ ૨૭૫૦૨ ૧૬૭૫૦ ૧૫૫૦૦

એ ટીપ તપાસતાં નજદીક અંચોઅંચ ઉપર મરણ માતરે તાપથી નીપજેલાં નોધાયેલાં માલમ પડેછે. ઉપર જણાવેલાં કારણો પરમા

જે એ મોટી રકમ લુલ ભરેલી હશે, કાંયેકે ફક્ત તાપના રોગથી એટલાં બધાં મરણ નીપજે એ માનવાજીગ વાત નથી. જો એવું હોયતો મુંબઈ જેવી નાતનદરોસત જગા બીજી થોડીજ હશે. તાપનો મરજ જમીન બારે માસ બીની રહેવાથી બનેછે; એનો ઉપદ્રવ જંગલ અને જાહાડ પાનની જગામાં જાંહાં પાણી નીકલી જવાની વેતરણ નહી હોતી તાંહાં બનેછે. ખરૂંછે કે મુંબઈ શેઠેરની કેટલીએક જગા બારે માસ ભીંગેલી રહેછે અને તેથી તેની આસપાસના રહેવાસીઓ ને તાપના રોગથી ખમણું પડેછે, પણ તેથી એટલાં બધાં મરણ નીપજે એ માનવામાં આવતું નથી. વલી નજદીક દર પાંચ મરણે એક મરણ કોલારા, સહીયેડ અને ગોવરાંના મરજથી થાયછે. એ તરણોમાં સહીયે વધારે મરણ કોલારાથી નીપજેછે; તેથી ઉતરતાં સહીયેડથી અને તેથી ઉતરતાં ગોવરાંથી જોવામાં આવેછે. કોલારો સધલી વયેના માણસો ઉપર હોમલો કરેછે પણ સહીયેડ તથા ગોવરૂં ઘણુંકરીને બચાં ઉપર તરાપ મારેછે અને તેથી કોલારાથી નીપજતાં વધારે મરણોની સમજ પડી શકેછે. સહીયેડ કરતાં ગોવરાંથી નીપજતાં મરણો ઘણાં થોડાંજ નોધાયાંછે; પણ તેમાં લુલ હશે, કાંયેકે મુંબઈ શેઠેરમાં ગોવરાંથી નીપજતાં મરણ કાંઈ સહીયેડથી થોડાં નીપજતાં નથી. પણ કેટલાંએક લોકો સહીયેડ તથા ગોવરાંમાં કાંઈ ફરક સમજતા નથી અને ગોવરાંને પણ સહીયેડમાં ઠોકી બેસાડેછે અને તેથી એ લુલ બની હશે. મુંબઈ શેઠેર જે મોટું વેપારી કેહેવાયેછે અને જાંહાં પુશકલ કારખાનાઓ અને જાહેર બાંધકામ ઉઠાવામાં આવેછે તાંહાં અકસમા તો બને તેમાં નવાઈ નથી. ઘણાં અકસમાતો ૧૮૬૫ માં જોવામાં આવેછે અને તેનું કારણ એ વરસમાં પુશકલ જાહેર કામો ધમધુકાર ચાલતાં હતાં અને તેમાં પુશકલ બેગારી કામે લાગતા હતા તેથી હશે.

મરણના કારણોની સાથે જાણવાજીગ બાબદ બે છે. પેહેલું કીયા રોગો, કીયા મહીનામાં અથવા કેઈ રૂતુમાં વધારે ફેલાયેછે; અને બીજું મુંબઈ શેઠેરના કીયા ભાગોમાં એ મરજે ઘણા ફેલાયેછે. પણ એ બેઉ બાબદ જુદાં જુદાં મથાલાં કરીને વીસતારીને હવે પછી જણાવવામાં આવશે.

તનદરોસતીને લગતી હીંદુઓની રીતભાંત.



(સાંધણ પાંને ૭૫ થી.)

પેહેરવાસ.

દેશીઓને અસલી પોશાક કે જેમાં બટન, કમાન અથવા તાંચ છીએ જવું કાંઈ આવતું નથી, તે આ દેશની રૂત પરમાણે ઘણાં લાયક છે અને એક ઘણાં છબદાર દેખાવ આપે છે. કમર ઉપર એક કપડું વીટાલવામાં આવે છે કે જે પગ લગી પોંહાંએ છે અને ઘણું ખરૂં પગને ઢાંકે છે. ઉપરનો પોશાક ઢીલો છે અને એક છતાં સફેદ કપડાંને ઉપરથી નીચે લગી એકપણ સાંધા વગરનો બનાવેલો હોય છે, અને તે માં થું, ગરદન અને હાથ સાંવાએ આખા બદનને ઢાંકે છે. માંથું હુમેશાં ઉઘાડું રાખવામાં આવે છે અને ગરમી અથવા થંડીને લીધે તે ઉપલા પોશાકને એક ટોપીની માફક બનાવીને માંથા ઉપર ખેંચે છે; પણ આ તરાંહનો દેશી પોશાક આજ દીને જોવામાં નથી આવતો. કેલવાયેલો બંગાલી આજ ટોપી અને પાગડી માથાં ઉપર મુકે છે, પાનરહુન અને પાયજામા પેહેરે છે અને જોકે તે ઇંગરેજ દગલો પેહેરતો નથી તોય પણ તેને બદલે આપકાન પેહેરે છે; પણ એ સઘલી ઇંગરેજ અથવા મુસલ માંન પોશાકની નકલ છે. અસલી હીંદુ પોશાક એક ઘોતી અને ચદરનો બનાવેલો હોય છે અને આપણો દેશી પંદીત ઇશવરચંદર વીદ્યા સાગર હજુર તે પેહેરવાને ખુશી લે છે. ગરમી રૂતમાં એક સુતરાઉ ચંદર તેઓને બસ હતી, શીયાલામાં તેને બદલે ઉતની ચદર અથવા કાશમીરી શીયાલ નાખતા હતા. દગલી અથવા હરેક જાતનું સી વેલું કપડું તેઓ જાનતા ન હતા. સટાર્કીંગઝ જેવી ચીજ હતી નહીં. પણ તેવું અને સંગતનું જોર એટલું તો છે કે જારે સર ફીલીપ ફ રાંતસીસ બીજા ઓથેદારો સાથે પેહેલાં હીંદુ સ્થાનમાં આવીયો તારે તેણે એવો સાર કાઢાડીયો, કે ગવરનર હેસટીંગ્ઝ દેશીઓ ઉપર ઘણા જુલમાતથી રાજ કીધું હશે, કાંયકે જારે તેણે કોઈ પણ દેશીના પગમાં સટાર્કીંગઝ પેહેરેલાં જોયાં નહીં તારે તેણે અટકલ કીધી કે રહ્યે ત ઘણી કંગાલીયત અને ખરેખર કુખી હશે. કપડાંને ઉપીયોગ

ગરમી અથવા થંડી માહેથી બચાવને માટેછે, તે એવી રીતે કે બદન નું કાંમ તનદરોસત રીતે અને વગર અડચણે ચાલીયા કરે. એક વીદવાન ડાક્ટર કહી ગયોછે કે, “આ વાત ઘેયાનમાં રાખતાં અને માણસની આમડીની આશીયત અને કાંમ ઉપર વીચાર રાખતાં જ લઢીથી સમજ પડેછે, કે કપડાં એવી આશીયતના હોવાં જોઈયે કે જે પસીનાનો પસાર થતાં અટકાવ કરે નહી, એટલું જ નહી પણ પસીનાને પોતા માહેથી પસાર કરી શકે એવું હોવું જોઈયે; તે ગરમીને પસાર નહી કરે એવું જોઈયે કે જથી લોહીની ગરમી બદનમાં સચવાઈ શકે, અને તે એવો હલકો, નરમ, અને પો એ હોવો જોઈયે, કે જથી હાલચાલમાં કાંઈ અડચણ પડે નહી. ” હીંદુઓનો અસલી પોશાક જાંઠાં બારે માસની ગરમ રૂત હોય તાંહાં છાનતોછે; પણ બંગાલની રૂતમાં એટલોતો વારેઘડીએ ફેરફાર થાયેછે કે ઉપરનો ઢીલો પોશાક દરેક રૂતમાં પુરતો બચાવ કરવાને બસ નથી. શીયાલામાં બંદબેસતો પોશાક પેહેરવાની જરૂરછે. ઉન કરતાં સુતર ગરમી પસાર કરવાની બાબદમાં હલકું હોવાથી શીયાલામાં તેનો પોશાક લાયક નથી. ફલાનેલ પેહેરવાને ઘણો સરસ પોશાકછે તેમાં કાંઈ શક નથી, કાંયેકે તે બેઉ ગરમી તથા થંડીના ફેરફારમાં આપણી બદનની ગરમીનું સમતોલ જાલવી શકેછે. તોયપણ આપણા જેવાં ગરમ દેશમાં એક ઢીલો પોશાક વધારે પસંદ કરવાજોગછે કાંયેકે તેથી હીલચાલ છુટથી થઈ શકેછે. થોડાંએક વરસની વાત ઉપર આ આરંકામાં એવો વીચાર અપાયો હતો કે આ દેશનાં રહેવાશીઓએ પોતાનો અસલી પોશાક કાહાડી નાખવો અને તેને બદલે યુરોપનો પોશાક દાખલ કરવો. એવા વીચારની સાંભે તે વખતે કલકત્તા રીવીયુ નામના એપાણીયાંમાં એટલોતો પુરતી રીતે વાંધો લેવામાં આવીયો હતો કે તેના વીચાર અહીં હું સદાબરા ટાંકી લેઉં છું:—

“ઘેલા મગજ માહેથી અને એંટાલ વીચાર માહેથી જે કાંઈ સઘલી નવાઈ દાખલ થાયેછે, તે માહેની આએ સહથી ખરાબછે અને હમે અંતકરણથી આશા રાખીયેછ કે તે કદી પણ આપણામાં પેવશ થશે નહી. હાલનો યુરોપીયન પોશાક માથાંની બેડોલ રોપીથી તે બીજા તરેહવાર પોશાકો કે જેમાં ૧૯ મી સદીના કોકેજન લોકો બંધીયાર રહેછે, તેના જેવો વધારે બદસુરત, બીનછાનતો અને હીલચાલ

માં ખલલ પોહ્યાંચાડનાર અને તેમજ બદનના ડોલને બીગાડનાર બીજે કોઈ પણ પોશાકનો વીચાર આવતો નથી. એ લો કોના બીનબે સતાં અને બીનલાયેક બદનના પોશાકોની તદ્દબીર લીધા વગર હીંદુ સથાનના પોશાક માહેથી બદનના જુદા જુદા ભાગોનો પુરતો બંચાવ કરવાને સેહેલથી બની આવશે. જુવાન બંગાલી એટલાવારમાંજ પટાઓથી હસવા સરખો દેખાવ કરેછે.”

સીબેલા દેશીઓનો પોશાક થોડો મુસલમાન માહેથી લીધેલો અને થોડો પોતાનો રાખેલો, તેઓના દેશને, ધંધા રોજગારને અને રીતભાંતને બેસતો આવેછે. જેમ યુરોપીયન પોશાક ઉતર તરફના થંડાં મુલુકોમાં છાજતોછે તેમ એ પોશાક ગરમ દેશને માફકછે.

બંગાલી ઓરતનો પોશાક માતરે એક લાંબા કપડાંનો બનેલોછે; તે કમર ઉપર વીટાલવામાં આવેછે અને તે ખભાં ઉપર અને માથાં ઉપર ફેરવી લેવામાં આવેછે. ઉનાલામાં અને શીયાલામાં એકજ પોશાક કાંમ લાગેછે અને તેથી દરેક રૂતુમાં બદનને પુરતો બંચાવ થઈ શકતો નથી. એ અન્ય જવુંછે કે જારે મરદોએ પોતાનો પોશાક હાથે રૂત પરમાંણે સુધારીયોછે તારે ઓરતોમાં તેવું કાંઈ જોવામાં નથી આવતું, તેનું કારણ દેખઈતુંછે. તેઓ હમેશાં ઘરમાં ભરાઈને પડી રહેછે અને તેથી તેઓ અસલી વીચારને વલગી રેહેછે. એક બંગાલી ઓરત કદી પણ નવી જાતનો પોશાક પેહેરશે નહીં કાંયેકે આગલ એવું કદી બનીયું નથી. તેણીને પુરતી અને છબ્બદાર રીતે પોશાક પેહેરવાને ઉશકેરણી બાહેરથી થવી જોઈયે. ઘરના મરદોએ તેણીના મંડલીમાં અને માણસનો સાથી અને મદદ કરનાર દાખલ થું મરતોછે તે તેણીને સમજાવવાની તબવીજ કરવી જોઈયે. માએ દાખલની તેણીની ફરજ મુખીય કરીને ઘણી મોતેબરછે. તેણીના બચાંની તનદ્રોસતી પોતાની તનદ્રોસતી ઉપર આધાર રાખેછે. જો તે પોતાના પોશાક બાબે બેદરકાર રહે, તે થંડીમાં વગર કારણે રહે, અને ભીનાસથી દુર રહે નહીંતો તેણીના બાંધો આપોઆપ નબલો થતો જશે અને તેથી હજારો દરદો ઉતપણ થશે અને તે તેણીનાં બચાં ઉપર ઉતરશે. એટલા માટે સઘલા દેશીઓએ ઓરતનાં પોશાક ઉપર વધારે ધ્યાન આપવું જરૂરછે.

ખોરાક—બદનની બનાવટ.



૧૮૬૭ ના જુન અને જુલાઈ મહીનાના ચોપાંનીયામાં ખોરાક લેવાની મતલબ તથા પોશનીક અને ગરમી આપનારા ખોરાકમાં શું ફરક છે તે સમજાવીયું હતું. ખોરાકની બાબદ એટલી તો અગતની છે અને તે સાથે તે વીશે લોકોનું એટલું તો અગતિયાન પાછું છે, કે તે વીશે વધારે વીસતારીને સમજાવવાની જરૂર છે.

ખોરાક લેવાની મતલબ ઘણી છે. પેટેલાં બદનના દરેક ભાગ અને કોનામાં ચાલુ ફેરફાર થતા જાય છે તેની જગા પુરવાને માટે, વધી ફેરફાર થવા સાથે કેટલોએક ભાગ તરેહવાર રસતે નીકળી જઈને કમતી થાય છે તે ખુટ પુરી પાડવાને માટે, અને કેટલીએક ઉંમર લગી બદનની ચાલુ વધ થતી જાય છે, તે વધ જારી રાખવાને માટે ખોરાક લેવાની જરૂર છે.

આપણા બદનમાં ચાલુ ફેરફાર થાય છે અને કેટલોએક ભાગ કમતી થાય છે, તેનો ખેચાલ દરરોજ ખોરાક લેવા છતાં આપણા બદનનું વળન એકસરખું રહે છે તે ઉપરથી સેહેલથી થઈ શકે છે. દરરોજ આપણે ખોરાક લેઈએ છીએ તે કાંઈ જાય છે ? અલબત્ત બદનના પોશનને માટે; પણ જરૂર બદનમાં ધસારો થતા હશે તારેજ પોશનની જરૂર પડતી હશે; નહીં તો ખોરાક લેવાની કાંઈ પણ જરૂર પડે નહીં. દરરોજ આપણા બદનનો ચાલીસમો ભાગ કમતી થાય છે; એ ઉપરથી ખેચાલ કરવામાં આવે છે કે ચાલીસ દાહાડા પછી આપણા બદનના દરેક ભાગ અને કોના તદ્દન બદલાઈ જાય છે, અને તેની જગા ઉપર તેવીજ જાતની પણ બીજી કોના આવીને ઉભી રહે છે; એટલે ચાલીસ દાહાડાની વાત ઉપર જોવા આપણે હતા, તેવાજ આજે રહી શકવાના નથી. ભરજીવાની લગી આપણા બદનની વરધી થતી જાય છે, અને એટલા વખતમાં બદનના પોશનની સાથે બદનના વધારાને માટે વધારે ખોરાક લેવાની જરૂર છે. જરૂર બદનની વધ આવી ચુકે છે તારે જોઈને બદનને પોશન મલે એટલોજ ખોરાક ખસ થાય છે. જુદાપણામાં એટલો જડકથી ફેરફાર થતા નથી અને તેથી થોડોજ ખોરાક ખસ થાય છે. આપણા બદનનો દરેક ભાગ ઘટ વસતુ

અને રસથી બનેલો છે. જે ઘણો ફેરફાર થાય છે તે રસમાં થાય છે, ઘટ વસતુમાં એટલો જડકથી થતો નથી. વલી જેટલો જીવાનીમાં ઘટ વસતુમાં ફેરફાર થાય છે તેટલો બુદ્ધિપણમાં થતો નથી. હલવાનના ગોશમાં અને બુદ્ધિ મેંઢાંના ગોશમાં શું ફરક હોય છે તે દરેક જાણુને ખબર છે. છેલાંનું ગોશ પેહેલાંના કરતાં ઘણું ચીમત હોય છે અને તેનું કારણ બુદ્ધિ જાનવરના ગોશમાં ઘણો હલવેથી ફેરફાર થવાને લીધે હોય છે.

બદનની જે વધ થાય છે તે માતરે ચોક્કસ વખત લગીજ થાય છે અને તે વખતમાંજ વધારે ખોરાક લેવાની જરૂર છે. એ સુદત પુરી થઈ એટલે વધારે ખોરાકની જરૂર નથી; અથવા વધારે ખોરાક પોશન અને વધને માટે જતો નથી, પણ તે ઝાડાને રસતે નીકળી જાય છે. જો એટલી સુદતમાં જરૂર જેટલો ખોરાક લેવામાં નહીં આવે તો બદનની વધમાં ઘણી ખલલ પડે છે, અને તેના દાખલા આપણે ગરીબ મુશ્કેલ લોકોના બચાં અથવા જીવાનીઆઓમાં જોઈએ છીએ. બરાબર પુરતો ખોરાક નહીં મળી પાથી તેઓના બાંધો કુબલો રહે છે; બરડો તથા હુથ પગ વલી ગયેલા જેવામાં આવે છે અને જમ તને તેમ મને પણ સુસત હોય છે. ભર જીવાની આવીયા પછી જો તેઓને પુરતો ખોરાક મળીયો હોય તો તે બરબાદ જાય છે, કાંયેકે જે સુદતમાં વધ થવાની સઘલી વધી હતી તે હવે જતી રહી છે.

ઘણા જાણુમાં હોંગા થવાની નીશાણો માલમ પડે છે; એટલે જે કાંઈ જરૂર કરતાં વધારે ખોરાક હોય છે તે ચરબીને મીસાલે બદન ઉપર એકઠો થઈ રહે છે; અને જો તેઓજ હદ કરતાં વધારે ખોરાક લે છે તો તેઓ થોડી સુદતમાં આંગે પુશકલ હોંગા બની જાય છે, તે એટલે સુધી કે ઘણી વેલા તેઓને સુખને બદલે કુખ થઈ પડે છે; બદન ઉપર પુશકલ ચરબી એકઠી થવાથી જરૂરની કસરત થઈ શકતી નથી; અને સુસતી પેદા થાય છે અને આખરે તે નુકસાની કરે છે. દરેક જાણુને થોડી પણ આંગ ઉપર ચરબી એકઠી થવાની જરૂર છે; કાંયેકે ખોરાકની તંગીની વખતે અથવા માંદગીની વખતે જારે ખોરાક લેવાઈ શકતો નથી, તારે તે બદનનું કેટલું એક કામ વગર ખોરાકે થોડી સુદત લગી ચલાવી શકે છે. એટલે બદન ઉપર માફકસર ચરબી હોવાથી દરદ થતું, અટકે છે અથવા દરદનું જોર નરમ રાખે છે; અને તેમાં કાંઈ શ

ક નથી. તંગીની વખતે એક દોંગા માણસ એક પતલા માણસના કરતાં વધારે દાહાડા જીવી શકેછે; કાંચેકે પોતાના બદનમાં એકઠા થયેલા ખોરાક ઉપર થોડી મુદત લગી પોશન થાયછે. જેમ કેટલાએક જાણમાં જલદીથી દોંગા થવાની વલાણ હોયછે તેમ વધી બીજાઓમાં ગમે તેટલો વધુ ખોરાક લેવા છતાં બદન પતલું રહેછે. વલી કેટલા લોકો થોડું ખાયછે અને તોયપણ તેઓ દોંગા બનેછે.

એ ઉપરથી સમજ પડશે કે બદનના પોશન અને વધને માટે જે જે ચીજોથી બદન બનેલુંછે તેજ ચીજો ખોરાકમાં પણ આવવી જોઈયે. હવે આપણું બદન શું શું ચીજોથી બનેલુંછે તે તપાસી જોઈયે. ૧૫૪ રતલ વજનના માણસમાં આ નીચ જણાવીયા પરમાણુની ચીજોનું પરમાણુ આવેછે.

| | રતલ. | ઑનસ. | ગરેન. |
|---|------|------|-------|
| ૧. પાણી | ૧૧૧ | — | — |
| ૨. જેલેટીન, જલી—દરેક કનોમાં એ ચીજ આવેછે.. .. . | ૧૫ | — | — |
| ૩. ચરબી.. .. . | ૧૨ | — | — |
| ૪. અલબીયુમેન, લોહી તથા દરેક ભાજમાં આવેછે.. .. . | ૪ | ૩ | — |
| ૫. ફાઈબરીન, માસ તથા લોહીમાં આવેછે..... | ૪ | ૪ | ૩ |
| ૬. ફાસફેટ આફ લાઈમ, હાડકાંનો મોટો ભાગ.. .. . | ૫ | ૧૩ | — |
| ૭. કાર્બોનેટ આફ લાઈમ, ચાક, હાડકાંનો ભાગ.. .. . | ૧ | — | — |
| ૮. ફ્લુરાઈડ આફ કાલસીયમ, હાડકાંમાં. | — | ૩ | — |
| ૯. ફાસફેટ આફ સોડા, ભેજાંમાં અને નરવમાં આવેછે.. .. . | — | — | ૪૦૦ |
| ૧૦. ફાસફેટ આફ પોટાશ, ભેજાંમાં.. .. . | — | — | ૧૦૦ |
| ૧૧. ફાસફેટ આફ મેગનીસીયા, હાડકાંમાં.. .. . | — | — | ૭૫ |

| | | | | |
|-----|-----------------------------|---|---|-----|
| ૧૨. | કલોરાઈડ આફ સોડીયમ, નીમક, | | | |
| | લોહીમાં માત્રે આવેછે.. .. | — | — | ૩૭૬ |
| ૧૩. | સલફેટ આફ સોડા, લોહીમાં.. | — | ૧ | ૧૭૦ |
| ૧૪. | કારબોનેટ આફ સોડા, લોહી | | | |
| | અને હાડકાંમાં | — | ૧ | ૭૨ |
| ૧૫. | સલફેટ આફ પોટાશ, લોહીમાં.. | — | — | ૪૦૦ |
| ૧૬. | પરઆખસાઈડ આફ આયરન, | | | |
| | લોહોડાનો કાટ, લોહીમાં.. .. | — | ૮ | ૧૫૦ |
| ૧૭. | સીલીકા, બાલ, દાંત તથા નખમાં | | | |
| | આવેછે | — | — | ૩ |
| ૧૫૪ | | | | — |

બદનના દરેક ભાગનું પોશન લોહી માટેથી થાયછે, તારે લોહી ની બનાવટ પણ ઉપર જણાવેલી ચીજોની બરાબર હોવી જોઈયે. પેહેલાં ખોરાકનું લોહી બનેછે અને પછી લોહી માટેથી બદનના સઘલા ભાગોનું પોશન થાયછે. લોહીમાં શું શું ચીજો આવેછે તે ૧૮૬૮ ના અક્ટોબર મહીનાના આંકમાં વીસતારીને જણાવીયું હતું તેથી અહીં ફરીથી જણાવવાની જરૂર નથી. જેમ લોહીમાં અલબીયુમેન, ફાઈબ્રીન અને ખાર આવેછે તેમજ ખોરાકમાં પણ આવેછે. આવતા આંકમાં એ ચીજોની જીદી-જીદી ખાશીયતો વીશે જણાવશું.

જીવ, એ શું ચીજ છે ?



આપણી દુનીયા ઉપર જે તરેહની ખાશીયતની ચીજો જોવામાં આવેછે. એક જાતની ચીજો જેવી અસલ કોરતારે બનાવી તેવીજ રહીછે; તેમાં રસાયણ સંજોગથી ફેરફાર તથા મેલવણી થાયછે, પણ તે ચીજને ખોતામાં એવી શક્તી નથી કે જેથી તે વધી શકે અથવા કમતી થઈ શકે; અથવા એક જગા બદલીને બીજી જગા ઉપર જઈ શકે. એ ચીજોમાં કેટલીએક ખાશીયતો હોયછે, જેમકે આકરશણ શક્તી, જમીન તરફ ખેંચાણ, વીંજલી અને લોહોચુંબકની શક્તી

ધર્તીપાદી. પણ એ સીવાએ બીજી ચીજો જોવામાં આવે છે કે જો એમાં ઉપલી ચીજોની આશીયતો સીવાએ પોતામાં ખુદ બીજી આશીયતો હોય છે અને જો તે બેઉ એક મેક માટેથી જલદીથી પરખાઈ શકાય છે. એ ચીજોમાં મુખીય શક્તી એવી છે કે જેને આપણે જીવ કરીને કહીએ છીએ, અને એ શક્તી એટલી તો પંથરાઈ ગયેલી છે, એટલું તો કુવત ધરાવે છે અને એટલી તો બીક છે કે તે જલદીથી સમજા પડી શકતી નથી અને આપણી અકલ તેની આગલ ગુમ થાય છે. સઘલી વનસપતી, અને સઘલાં જાનવરમાં જીવ હોય છે. એક બીજ કે જે દેખાઈ જાય જીવ વગરનું લાગે છે પણ તેનામાં અરેખર જીવ છે, કાંયેકે તે બીજને ચોક્કસ હાલતમાં રાખીયાથી તે માટેથી બીજ પેદા થાય અને વધ થઈ શકે છે. એક ધંકું જે દેખાઈ જાય વગર જીવનું લાગે છે; તેનામાં જે અધર્મ વધ અથવા હીલચાલ જણાતી નથી, પણ તેમાં એવું કુવત છે કે આપણને માલમ પડીયા વગર તેમાં એવા ફેરફાર થાય છે કે જો એક જીવની ચીજ પેદા થાય છે. જે ચીજમાં એવી શક્તી હોય છે તેને આપણે જીવ કરીને કહીએ છીએ, એ શક્તીની ખુબી અને ગુણ જાણવા જરૂર છે કાંયેકે તે ઉપરથી આપણી પોતાની જીવવાની શક્તી કેવી છે તે સમજ પડી શકશે.

ગરમી, રોશની, વીજલી અને લોહોચુંબક એ કુદરતમાં મોટાટી શક્તીઓ ગણાય છે અને તેથી કુનીયાની સઘલી ચીજોમાં તરેહવાર ગુણ દાખલ થાય છે, પણ જીવ જોવી શક્તી એઓથી વધારે કુવત ધરાવતી રી છે; એ સઘલી શક્તીઓના ગુણ જીવમાં છે, પણ તેથી પણ વધારે પોતાના જાતી ગુણ જીવ છે.

જે ચીજોમાં એ જીવની શક્તી હોય છે તે “આરગાનીક” એટલે ધંદરીવાલી અથવા જીવવાલી વસતુને નામે ઓલખાય છે. એ આરગાનીક ચીજોમાં એ શક્તી વધુ અથવા ઓછી હોય છે અને તે પરમાં જો તે ચીજોના ગુણમાં ફરક રહે છે. માણસ અને જાનવરોમાં એ ગુણ પુરતો હોય છે, વનસપતીમાં તેથી ઉતરતો હોય છે; પણ કેટલાંએક જાનવરોમાં એ શક્તી એટલી તો કમ હોય છે કે તેની વચ્ચે અને વનસપતીની વચ્ચે અને વલી તેમજ કેટલીએક વનસપતીમાં અને વગર જીવની ચીજ જેમકે ધાતુમાં કાંઈ પણ ફરક જલદીથી માલમ પડી આવતો નથી.

જેમ ગરમી, રોશની, વીજલી અને લોહાયુંબ શક્તીઓ છુપી અથવા છુટી રહેછે, તેમ એ જીવની શક્તી પણ છુપી અથવા છુટી હોય છે. જેમકે એક બીજમાં ઘણા વરસ લગી જીવ છુપી રીતે રહી શકેછે; પણ જારે તેને ગરમી, અને પાણીનો ખોરાક મળેછે, તારે તે શક્તી બાહરે છુટી માલમ પડી આવેછે.

જેમ એ શક્તી કોઈમાં વધુ અને કોઈમાં ઓછી હોયછે તેમ તે કોઈમાં વધારે જોરથી અને કોઈમાં કમ જોરથી વલગી રહેછે, અને સઉથી અજાણ્ય જીવું એછે કે જેમાં વધુ હોયછે તેમાં તેનું જોર ઘણું કમતી હોયછે અને જેમાં થોડી હોયછે તેમાં તેનું જોર વધારે હોયછે. સઘલા જાણુને ખબરછે કે કેટલીએક હલકી જાતનાં નંજવાં જાનવરો મારતાં મરતાં નથી. એક ગીલોરીના બે કટકા કીધા હોયછેતો તે બેઉ ભાગ ઘણો વખત લગી તડકડીયા કરેછે, એટલે જીવ ઘણાવાર લગી બેઉમાં વલગી રહેછે. માણસ કે જેમાં જીવ શક્તી વધુછે પણ તે એટલીતો સેહેલથી છુટી પડેછે કે ઉપલા દાખલા સાથે સરખાવતાં આ પણુને અજાણ્યો ઉપજાવીયા વગર રહેજ નહી.

• એ જીવ દરેક ચીજમાં ખાસ ગુણ પેદા કરેછે; કદી પણ બે ચીજ એકસરખી મલતી આવતી નથી. આપણે જોઈએછ કે એક જમીનમાં, એકજ જાતનો ખોરાક લેતાં ઝાડ પાન જીવાન આકારના, અને જીવાન ગુણ વાલાં નજરે પડેછે.

કેટલીએક વસતુ કે જે આગલ જીવ વગરની હોયછે તેમાં એ શક્તી દાખલ થયાથી તેમાં નવા ગુણ પેદા થાયછે અને પછી તે ઉપર રસાયણ શક્તી લાગુ પડી શક્તી નથી. જારે તે શક્તી નીકલી જાય છે, તારેજ તેની ઉપર રસાયણ શક્તીની અસર થવા માંડેછે. જાંડાં સુધી એક ચીજમાં જીવ હોયછે તાંડાંસુધી તે કોહી શક્તી નથી, પણ જીવ ગયો એટલે તે કોહોવા માંડેછે, એટલે તે ઉપર રસાયણ શક્તી લાગુ પડી શકેછે. એક ઈંડાંમાં જાંડાંસુધી જીવ રહેછે તાંડાંસુધી તે કોહોતું નથી; એજ પરમાણુ અનાજનો દાણો અથવા એક દેખાઈતો મુવેલો કીડો કોહોતો નથી. એજ પરમાણુ કોઈ પણ ચીજ કે જેમાં જીવ હોયછે તેની ઉપર થંડીની અસર થઈ શક્તી નથી. જે દેશોમાં પુશકલ થંડી હોયછે, જેમકે ઉત્તર દરૂ તરફ, તાંડાં જાનવર અને માણસો વગર અડઅણુ જીવી શકેછે. એક ઈંડાંમાં જાંડાંસુધી જીવ હો

યે છે તાંહાંસુધી તે થંડીથી બંધાઈ જતું નથી. જારે એક ચીજ કોહો વા માંડી તારે સમજવું કે તે માહેથી જીવની શક્તી નીકલી ગઈ છે.

જે ચીજ માહેથી જીવ ગયો અને તે કોહોવા માંડી, એટલે જે મટી માહેથી તે પેદા થઈ તે મટીમાં તે પાછી જાય છે. એજ મટી પાછી જીવનંતુને કામે લાગે છે અને તેજ મટીમાં પાછી જીવની શક્તી દાખલ થઈને નવા આકારમાં આપણી નજરે પડે છે. એક દાખલો લે ઇયે. એક જાનંવર મરી ગયું. તેમાં કીડા પડે છે. એ કીડા મુવેલાં માસને ખાય છે. તે માસમાં કીડાના બદનમાં પાછી જીવની શક્તી દાખલ થાય છે. અથવા તે કોહોલાં માસની મટી થાય છે, અને તે ઝાડપાનમાં ખોરાક મીસાલે દાખલ થાય છે. એ પરમાંજી જીવની શક્તી ચાલુ દાખલ થયા કરે છે. એક ફીલસુફ એવું જણાવી ગયો છે, કે બારીકીથી જોતાં આપણે આપણા બાપદાદાઓનેજ ખાઈયે છઈયે, અને તેની સા હાદતમાં આ દાખલો આપે છે. આપણા બાપદાદાઓ મુવા એટલે તે ઓને કીડા ખાય છે; તે કીડાઓ માછલી ખાય છે અને તે માછલી આ પણે ખાઈયેછ, તારે આડી રીતે આપણે આપણા બાપદાદાનો ખોરાક કરીયેછ. એ ઉપરથી સમજ પડશે કે એક ચીજમાંથી જીવ ગયો એટલે તે બરબાદ જતી નથી; બીજા આકારમાં તેમાં જીવ જરાયે છે અને એ પરમાંજી એક ગોલ ચક્ર ફરતું ચાલીયા કરે છે.

જીવ શક્તી એવી છે કે જે કાંઈ પણ ચીજ એક આરગાનીક ચીજ સાથે મલી એટલે તેની આશીયત જલ્લી નાખે છે અને તેને પણ આરગાનીક ચીજની બનાવટ, રૂપ અને આશીયત આપે છે.

એ ઉપરથી સમજ પડશે કે જીવ શક્તી કેવા ગુણો ધરાવે છે, અને તે ઉપરથી આપણી પોતાની જીવ શક્તી કેવી છે તે ઉપર ખેયાલ કરવાને બની આવશે.

હવે એ જીવ શક્તી કેટલાંએક કારણોથી નબલી થાય છે એટલું જ નહીં પણ તદ્દન નાબુદ થઈ જાય છે અથવા બીજાં કારણોથી તે શક્તી જોરાવર થાય છે. એ કારણો શું છે તે જાણવાની જરૂર છે, કાંયેકે તે ઉપરથી આપણી જીવ શક્તી કેમ સંભાલવી તે સમજ પડી શકશે. જીવ શક્તીનો કટો દુશ્મન થંડી છે. થંડીમાં એક ઇંડાંની સેવણ થઈ શકે નહીં અથવા થંડીમાં અનાજનો એક દાણો પણ ઉગી નીકળે નહીં. વલી વીજલીના એક જોરેબંદ આંચકાથી કાંઈ પણ ઇંદરીઓને ઈજા થયા

વગર એકદમ એ શક્તી નાબુદ થઈ જાય છે. સઘલાને ખબર છે કે વી જલી કેવી રીતે આડપાન તથા જાનવરનો નાશ કરે છે. એજ પરમાણુ માણસ જાતમાં મન ઉપર ઘણી જોરાવર અસરથી, જેમકે એકાએક ધાશતી અથવા હુરખથી માણસને એક મીનીટમાં મારી નાખે છે. તરીજે ફુશમન જોરે છે કે જે જીવ શક્તીને નાબુદ કરે છે; જેમકે કોલારા તથા સહીયડના રોગનું જોર, સોમલ, ઇતીયાદી.

વલી એથી ઉલટું, કેટલાએક કારણોથી જીવને કુવત અને પોશ ણ મલે છે; એમાં મુખીય રોશની, ગરમી, અને હવા જીવના ખંરા દો શત ગણાયે છે. દરેક જીવનું રોશનીમાં વધારે પુખ્ત હાલતમાં રહે છે. એક આંડને જે અંધારામાં રાખીયું હોયે તો તેની પછવાડે સ ધલી સંભાલ લેવા છતાં તેના પાતરાંનો રંગ ઉડી જશે, અને તે થોડા વખતમાં કરમાઈને મરણ પામશે. એજ મીસાલે માણસ પણ રોશની વગર કરમાઈ જાય છે. તેનો એહેરો અને ચામડી ફીકી મારતી જાય છે, નબલાઈ થતી જાય છે. જે લોકોને અંધારા ગારના બંદી ખાનામાં લાંબી મુદત લગી નાખવામાં આવે છે તેની ઉપર શું અસર થાય છે તે સઘલાને ખબર છે. રોશની વગર કાંઈપણ જીવ શક્તી રહી શક્તી નથી. જમીનના પંતાલમાં કદી પણ કાંઈપણ જાતની જીવનું જોવામાં આવતી નથી. જીવ શક્તીનો બીજો દોશત ગરમી છે. શીયાલા અને વસંત રૂતુમાં કુદરતી ચીજો ઉપર કેવો જુ દો જુદો દેખાવ જોવામાં આવે છે તેથી કોઈ અંજાણ નહીં હશે. શીયાલામાં આડ પાન સઘલાં મુવેલાં જોવાં લાગે છે; તેઓમાં જીવની શક્તી તે વખતે ઘણી થોડી રહે છે. જારે વસંત રૂતુ અને ઉનાલો પાછો આવે છે તારે એ શક્તી જોરબંદ દેખાવ દે છે અને સઘલી કુદરત ભરાઈ જાય છે. જેમ જેમ આપણે ધરૂ તરફ જતા જઈએ છ તેમ તેમ આપણને એ શક્તી કુદરતી ચીજોમાં કમતી જોવામાં આવે છે અને છેલે કેટલીએક જગામાં નહીં નાહાનું આડ પાન કે નહીં નાહાનું જ નાવર જીવનું નજરે આવતું. ગરમીથી, કમતી થઈ ગયેલી જીવ શક્તી વધે છે અને તેથી ઘણાએક જતા જાન બંચેલા છે. પાણીમાં કુબી ગયેલા માણસોમાં અરધો કલાક થઈ ગયા પછી પણ ગરમીની મદદથી અને બીજા ઉપાયોથી જીવ શક્તી પાછી ઉશકેરાઈને જોર પકડે છે અને જાણે દેખાઈતા મુવેલા જીવતા થાય છે, અને એવા દાખલા કાંઈ થોડા ન

થી. જીવ શક્તીના તરીજો મોટો દોશત હવાછે. હવા વગર કાંઈ પણ ઝાડપાત અથવા જાનવર જીવી શકે નહીં. જે જાનવરો હવાનો દમ લેછે તેઓમાં, જે જાનવરો હવાનો દમ નથી લેતાં તેઓ કરતાં એ શક્તી વધુ હોયછે. તાજી હવા દમમાં લીધાથી બદનમાં કુવત કેવું આવેછે તે સઘલાને ખબરછે અને તેથી સમજ પડશે કે ગલીચ હવા એ શક્તીને કેવી કમજોર કરી નાખેછે.

એક બીજું કારણછે કે જેથી જીવ શક્તી કમજોર અને કમતી થાયછે; અને તે કારણ એ શક્તીમાં પોતામાંજછે. જારે એ શક્તી વધારે જોરથી વપડાયછે, તારે તેનું જોર કમતી થાયછે. ઘણી બદનતી કસરત કીધાથી અથવા ઘણી મનશક્તી ખેંચીયાથી એ જીવ શક્તી કમજોર અને કમતી થાયછે. એથી ઉલટું જરૂરની થાક લીધાથી એ શક્તી પાછી જોરમંદ થાયછે.

બચાંની તનદરોસતી.

(બચાંના બાંધાના જ્ઞાનની જરૂર.)

શીરીનબાઈને બચાંની તનદરોસતી કેમ જાલવવી તે વીશે ખુબપરછ કરવાનો શોખ વધતો ચાલીયો. જારે ડાક્ટર આવે તારે એ વીશેની વાત કરવાને આહે, પણ ડાક્ટરને ફરસુદ નહીં મલીયાથી વારે ઘડીએ તેવણને નીશકલ થવું પડતું હતું. છેલ્લે એક દીવસ સુકરર કીધો અને શીરીનબાઈ તથા સાવકશા બેઉ જણુ ડાક્ટરની રાહ જોતાં બેઠાંછે અને વાતો કરેછે. શીરીનબાઈ સાવકશાને કહેછે, કે આપણો ડાક્ટર કેવો ભલોછે કે આપણને એટલું બધું જ્ઞાન આપેછે; એવા જ્ઞાન વગર કેટલાં બચાંની ખરાબી થતી હશે અને એ જ્ઞાનના દરેક મા બાપને કેટલી જરૂરછે. મારો પકો વીચારછે કે પરણવા આગમ જ દરેક છોકરીને એ વીશેનું જ્ઞાન આપવું; ગમેતો તેઓને ઇસકોલ માં સીખવવું અથવા એવી એક ચોપડી કાહાડવી કે જે વાંચીને દરેક પરણેલી છોકરી એ વીશે જ્ઞાન મેલવે.

સા૦—તમે એ વીશે ખંતી દેખાઓછો તે જોઈને હું ઘણો મધન થાઉં છું. જીવો આપણને ડાક્ટર સાથે તરણ સુલાકાત થઈ તેમાં

કેટલું સીખીયાં. પેહેલી મુલાકાતે આપણને ખાતરીથી સમજાવીયું કે કેટલાંએક બચાં મા આપના અંજાણપણા તથા લુલને લીધે જનમ થીજ મરણ પામેછે. બીજી મુલાકાતે આપણને સમજાવીયું કે કેટલાંએક બચાં જલદીથી મરણ પામેછે તે મા આપની તનદરોસતી તથા તેઓના લગનની ખાંખીને લીધે હોયછે. ગઈ વેલા વલી સમજાવીયું હતું કે હમેલવાલી ચોરતને કેવી રીતે પોતાની તનદરોસતી જલવ વી ભેદયે; નહીતો એ ખાંખીને લીધે કેટલાં બચાંના જન બરબાદ જાયછે. વલી આજે ડાકટર આપણી શું વધારે ખાંખીઓ કાઢાડે તે હું કહી શકતો નથી; પણ હું ખચીતછું કે આજે આપણે કેટલાં નવું સીખશું.

એમ વાતો ચાલેછે તેવામાં ડાકટર આવીયા. બેઠાં બેઠાં ને ઘણા આદરમાનથી બેસાડીયા.

૬૧૦—કેમ શીરીનખાઈ, સાવકશા, તમારી બેઠતી સારી છે. સારી પેઠેતો ખરાં.

શી૦—તમારી વાત ચીતથી માત્ર મન સારો થાય છે. રહેછે અને તેથી હું મારો ગમ વીસરી નથી. હવે મને આશા છે કે જો મને અછું રાત હોય તો અછી રીતે સંભાલી શકશ. હમણાં હવે મરણ મુલાકાતમાં હમે હમારી તરફ રહેતો મરણ વીચારમાં હતાં કે હવે ડાકટર સાહેબ મારા બતલાવશે.

૬૧૦—હાલ સુધી બચાંના અંજાણપણે લુલ થાયછે અને તે વીશે સમજાવીયા. કેવી રીતે આપણને જાણ થાય સમજાવવા. હવે હું પુશકવું છું કે હવે બચાંને જાણ થાય છે કે બચાંના જનને જાણપણે જાણ થાય છે.

ક ભાગ કેહેવાયેછે. એ ઘરભસથાન માહેલાં બચાંમાં આએ કુતી
યાંની કાંઈ પણ અસર થતી નથી; હવા તથા રોશની તથા ખોરાક
ની તેને કાંઈ જરૂર નથી, અથવા તેનામાં એવી ખરજ નથી, કે જે
થી તે પોતાને ગમે તેમ હીલચાલ કરી શકે. ઘરભસથાનના બચાંના
સઘલા ભાગો તદ્દન સુસત રહેછે કાંયેકે તેઓને કામમાં લાવવાની કાં
ઈ જરૂર નથી. ઘરભસથાનમાં માતરે તેની વધ થાયેછે અને તે વ
ધને માટે માએનું લોહી તેને બસેછે. પણ જારે તેની વધ પુરી થઈ
એટલે તે ઘરભસથાનમાં રહેવાને લાયક નથી; તેને કુતીયામાં આવ
વાની જરૂર છે અને તે જનમ પામેછે.

શી૦—તમે કહોછો કે બચું ઘરભસથાનમાં હીલચાલ કરતું ન
થી તારે માએને ઘરભસથાનમાં જે બચાંની હીલચાલ લાગેછે તે
ખાટી કે ?

હી૦—તમે જે એમ વીચારતાં હોવો કે બચું ઘરભસથાનમાં જે
મ ગમે તેમ ઉધું ચતું ગોલ ફરીયા કરેછે તો તેમાં તમે ભુલ કરોછો.
બચું ઘરભસથાનમાં એક પાણીની ભરેલી કોઠલીમાં તરતું રહેછે ખરું,
પણ તેનું માથું ભારી હાવાથી તે નીચે મુડીએ એકજ જગા ઉપર રહે
છે. એથી મહીનેથી જે માએને ઘરભસથાનમાં બચાંની હીલચાલ લા
ગેછે, તે કાંઈ ખરેખર હીલચાલ નથી, પણ જેમ વખત જતો જાયેછે
તેમ ઘરભસથાન મોહોટું થતું જાયેછે અને પેહેલાં જે નીચે પીડમાં
માતરે હોયેછે તે મોહોટું થઈને પેટમાં ઉપર ચઢેછે અને એ વખતે
માએને બચું જાણે હીલચાલ કરતું હોયે એવું લાગેછે.

હવે જેવું બચું જનમ પામેછે તેવામાં તેનામાં કેટલો ફેરફાર થઈ
જાયેછે. એક પલમાં તે સુસત હાલત અને અંધારાં માહેથી ઉજસ
અને હીલચાલમાં આવેછે. જે ઘરભસથાનમાં ખુશ ગરમીમાં અને
પાણીમાં રહેતું હતું તેને બદલે એકદમ થંડી હવામાં ઊઘાડું પડેછે;
અને બદલ ઉપર ગમે તેવાં હલકાં પણ કપડાંનો ભાર ખમવો પડેછે.
પેહેલાં માએના લોહીથી ઉધરતું હતું તેને બદલે હવે લોહી બનાવવા
ને ખોરાકની તેને જરૂર પડેછે; આગલ જે દમ લેવો નહી પડતો હ
તો તેને બદલે લોહીને સાફ કરવાને માટે ફેફસામાં હવા લેવી પડેછે;
આંગમાં ગરમી રાખવાને માટે પોતાની અંદરથીજ ગરમી પેદા કર
વી પડેછે; તેની ઉપર રોશની, સાથ, હવાની અસર થાયેછે, એથી તે

ને દરદ લાગેછે અને તેથી તે રડીને પોતાની હાલત બતલાવેછે; અ
ને એટલી સઘલી હાલતોમાં જરા પણ ખલલ પડેછે તો બચાંનો જાન
કબજ થઈ જાયેછે.

બચુ' જીવતું જનમેછે, પણ થોડા વારમાં તે મરી જાયેછે એવા દા
ખલા તમે ઘણા જોયા તેમ સાંભલીયા પણ હશે; અને ઘણી વેલા તે
મરણનું કારણ ખોદાની મરજી કરીને ચલાવવામાં આવેછે; પણ ખરે
ખરૂં કારણ માએ તથા દાઈનાં બચાનાં બાંધાના જ્ઞાન વીશેનાં અંજ
ણપણાને લીધે અને નવાં જનમેલાં બચાંમાં તરત કેઈ ખરી હાલતોની
જરૂરછે તે વીશેની નાવાકેશીને લીધે જરા સેહેજ બાબદથી પુશકલ બ
ચાંનો જનમથીજ ભોગ થઈ પડેછે.

શી૦—તારે તમે એમ કેહેવા માંગોછો કે જનમ પછી થોડા કલાકમાં
બચુ' મરણ પામેછે તે મા બાપની ભુલ તથા અંજાણપણાને લીધેછે ?

ડા૦—ઘણાખરાં મરણ એને લીધેજ બનેછે; જારે બચુ' અધુરા
મહીનાનું તથા ઘણુંજ કુબલું હોયેછે તારેજ મા બાપનો ચારો રેહેતો
નથી; પણ ઘણી વેલા જે મા બાપ અથવા દાઈ હુશીયાર હોયેછે તો
બચાંનો જાન બંચી શકેછે. જીવો, બચુ' જીવું પેદા થાયેછે તેવું તે ર
ડેછે. જે બચુ' તરત રડતું નથી તો સઘલા જણ ક્રીકરમાં પડેછે.
જે રડવાનો સાધ ઘણો જીવો હોયેછે તોપણ ક્રીકર કરેછે; અને જે
સુદલ રડતું નથી તો બચાંના જાતની આશા છોડેછે.

શી૦—વારૂં જનમતાંને વાર સઘલાં બચાં રડેછે તેનું કારણ શું
હશે, અને બચાંને રડવું જોઈયેછે કે ?

ડા૦—બચુ' જનમતાંને વાર રડેછે તેનું કારણ એછે કે તેને દર
દ થાયેછે; તમે પુછશો કે તેને દરદ શાનું થાયે ? તેને કોઈ મારતું તો
નથી; ખરૂં, પણ મારીયાથીજ દરદ ઉત્પન્ન થતું નથી. જે તમે એક
બારી આંગલ ઉભાં રેહો અને તાંહાંથી જોરમાં થંડો પવન તમારી ઉ
પર ફુકેછે તો તમને દરદ લાગેછે; તમે કાંઈ તેથી રડતાં નથી પણ ત
મને તે થંડો પવન લેવા ગમતો નથી; અને તમે તેથી દુર જાઓછો.
એજ પરમાણુ જાંહાં લગી બચુ' ઘરલસથાનમાં ખુશ ગરમીમાં રેહેછે
તાંહાંસુધી તેને કાંઈ લાગતું નથી; પણ જીવું તે જનમ પામેછે અને
હવા તેના આંગને અને એહેરાને લાગેછે તેવું તેને થંડી લાગાથી
દરદ થાયેછે; અને એ દરદથી તે રડેછે.

શી૦—પણ રડીયામાં ફાયેદો શું થયો ? બચાને જનમતાંને વાર ખોદાએ ઈજા શા માટે મુકી હશે ? અને રડે નહીતો શું થાય ?

ડા૦—જેને તમે ઈજા કરીને ગણોછો તે બચાના જાનને સલામતી છે; તમને હમણા મેં કહીયું કે જો બચું રડતું નથી તો સઘલાં જણ ફીકરમાં પડે છે; હવે ફીકરમાં પડવાનું કારણ શું ? જારે તમે રડીયાં હશે તારે તમને માલમ પડીયું હશે કે એ વખતે થોડે થોડે વારે તમને જોરમાં દમ લેવો પડે છે; એજ પરમાંણે હવા લાગાથી જે પું બચું રડે છે તે પું તેને જોરમાં હવાનો દમ લેવો પડે છે; એ હવાનો દમ તેના પેટેલવેહેલો હોય છે અને તે તેના મોહોત લગી આલીયા કરે છે. આગલ જે ફેફસાં કામમાં લાગતાં ન હતાં તે હવે કામમાં આવે છે અને બચાના જાનની સલામતી દમ લીધાથી શરૂ થાય છે; જો બચું રડતું નથી તો તે દમ લેવામાં આવતો નથી; હવા ફેફસાંમાં જતી નથી અને જેમ એક માણસ હવા વગર ગુંગરાઈને મરી જાયે, એટલે તેનું લોહી ફરતું બંધ થાયે, તેમ બચાના ફેફસાંમાં હવા નહીં જવાથી તેના બદનમાં લોહી ફરતું બંધ થઈ જાયે છે અને તેના જાન કબજા થાયે છે. એ ઉપરથી તમને સમજ પડશે કે બચું રડે છે તે કેટલા ફાયેદાને માટે છે.

શી૦—પણ બચું રડે નહીતો તેમાં મા બાપ અથવા દાઈનો શું વાંક છે ? તેઓ શું કરી શકે ? તમે કહો છો કે ઘણા બચાં મા બાપ અથવા દાઈના અંજાણપણાને લીધે જનમતાંને વાર મરી જાયે છે; પણ મને સમજ પડતી નથી કે તમે પોતે પણ શી તરેહથી બચાંના જાન બંચાવી શકો ?

ડા૦—ઘણી વેલા એવું બને છે કે બચું જનમતી વખતે દબાનમાં આવે છે અથવા તેનું માંથું બાહરે આવીયા પછી આપું બદન નીકળતાં વીલમ લાગે છે; કોઈ વેલા બચાંના મોહોડાંમાં જાડી લબ હોવાથી અથવા નાંકમાં જાડો બલગમ હોવાથી હવા અંદર નઈ શકતી નથી, ઘણી વેલા સુવાવડીના ઓરડો ગરમ અને બંધબસત હોયે છે; એવે વખતે બચાંથી દમ લેવાઈ શકતો નથી; લોહી ફરતું તરત બંધ થાયે છે અને જો એ સઘલી બાબદો ઘેયાનમાં રાખીને તેને દૂર કરવામાં નહીં શકાય તો લોહી હોયે તો બચું તરત મરણ પામે છે.

શી૦—તારે જનમતાંને વારે બચું રડે નહીતો શું કરવું ?

૬૧૦—અંજાણી દાઢઝો કાંઈપણ કરતાં નથી, પણ જોયા કરેછે અને બચાને મરવા દેછે; જો તેઓને જરા પણ જ્ઞાન હોયેતો ઘણા જાન બંચે. જોનું માલમ પડીયું કે બચું રડતું નથી, ઈયા તે દમ લેઈ શકતું નથી, એટલે તરત ગરમ અને બંધબસત ઓરડા માહેથી ખોલી હવામાં લેઈ જવું; થંડી હવામાં લેઈ ગયાથી તેની છાતી અને એહેરા ઉપર અસર થશે અને બચું તરત રડશે. જો એમ કરતાંબી રડે નહીતો છાતી અને એહેરા ઉપર તરત થંડું પાણી છાંટવું; એમ કીધાથી વારેઘડીએ બચું રડી પડેછે. જો એમ કીધાથી પણ કાંઈ વલે નહીતો મોહોડું તથા નાક તપાસવું અને મોહોડાં માહેથી આંગલી વટે બલગમ કાહાડવો અને જીભને આગલ ખેંચી કાહાડવી. જો બલગમ જોનું કાંઈ નહી હોયેતો તરત બચાના મોહોડાં સાથ આપણું મોહોડું મેલવવું; એક હાથે તેનું નાક બંધ કરવું અને જોરથી તેનાં મોહોડામાં કુકવું અથવા દમ મારવો. એટલા વારમાં બચા ઉપર અસર થવી જોઈયે. જો એમ પણ નહી વલેતો બચાની છાતી અને પેટ ખેડ હાથ વટે દાબવું અને તરત હાથ ડંચકી લેવો; એ પરમાણે પાંચ મીનીટ લગી કરીયા કરવું અને તે સાથે મોહોડામાં દમ મારીયા કરવો. જો બચામાં કાંઈ પણ જાન હોયેતો એટલા બધા ઉપાયોની અસર થયા વગર રહેશે નહી. જો એ પછી પણ કાંઈ વલે નહીતો સમજવું કે બચું ઘણા વારનું મરણ પામીયુંછે. એટલા ઉપાયો કીધાથી ઘણાં બચાં જીવે મુવેલાંની પેઠે ગણેલાં તે પાછાં સજીવન થયાંછે અને દરેક માએ અથવા દાઈને એ બાબદ સમજવી જરૂરછે.

શી૦—તમે કહોછો તે ખરું. હવે મને યાદ આવેછે કે હમારા પડોશીનું એક તરતનું જનમેલું બચું સેહેજ રડીયું અને પછી કાંઈ રડીયું નહી અને તે થોડા વારમાં મરણ પામીયું. તેની ઉપર જે તમે સમજાવીયા તે ઉપાયો કરવામાં આવતેતો હું ખચીતછું કે તે બચું સલામત રહી શકતે.

૬૧૦—મારો પકો વીચારછે કે જાંહાંસુધી આપણા લોકો દાઢઝો ને કેલવણી આપવાની તજવીજ કરશે નહી અને કેલવાયેલી વગર બીજી કોઈ પણ નામની દાઈને કામે લગાડશે નહી તાંહાંસુધી એ કમોહોતનાં મરણ નીપજ્યા વગર રહેશે નહી.

હાલ મને કામ છે, બીજી જોગવાઈએ બચાંતા બાંધા વીશે વધારે સમજાવશ.

સા૦—આજ દીને તમે એક ઘણીજ અંગતની બાબત સમજાવી છે અને આપણી ઓરતો એથી તદ્દન અજાણુ રહે એ ઘણું અફસોસ કરવા જોગ છે. વાડું સાહેબ મેહેરબાન, તમુને વધારે વાર લગી રોકવા હમે ખુશી નથી.

શી૦—ડાકટરજી, જરૂર આવજો.

બરખનો ઊપીયોગ—બરખ થંડું કે ગરમ ?



મુંબઈ શહેરમાં મારમ, એપરેલ, મેએ, અને અરધો જુન ઘણા ગરમીના મહીના કહેવાયે છે; અને તે વખતે હવાની ગરમી ૯૦ દીગરી લગી વધે છે; એજ મહીનાઓમાં હીંદુસથાનના બીજા ભાગોમાં હવાની ગરમી ૧૦૦ દીગરીથી ઉપર થાય છે અને કેટલીએકગમ ૧૩૦ લગીની હોય છે. એ વખતે કુદરતથીજ બદન માહેથી પસીના છુટે છે અને તે પસીના ચામડીની ગરમીને સમતોલ રાખે છે. એટલે પસીના ઉડી જઈને ચામડીની ગરમીને ચુસી લે છે. એવે વખતે જારે પસીના ઘણા પડે છે તારે બદનમાં પાણી કમતી થવાથી પાણીની સોખ્ખા ર ઘણી લાગે છે; તેમાં ગલું ઘણું જલદીથી સુકાઈ જાય છે, બેચેની પેદા થાય છે અને ગલું કે જ્યાં તરસની હાજત સુકી છે તેને પાણીથી પલેપલ ભીજાવવાની જરૂર પડે છે; પીવાના પાણીની ગરમી પણ હવાના જેવીજ થાય છે અને તે ગરમ પાણી જોકે બદનમાં ફરીવલે છે ખરું, પણ તરસ મતાડી શકતું નથી; વધારે પાણી પીવાયે છે અને તેથી પેટ તસકાઈ આવે છે. એવે વખતે ગલાંની તરસ મતાડવાને માટે થંડાં પાણીની જરૂર પડે છે. થંડું પાણી પેટમાં ગયાથી આપ્પા બદનમાં થંડક પાંચ રહે છે અને તેથી ખુશ લાગે છે. હવે એવી ગરમીની રૂતુમાં પાણી થંડું કરવાની ઘણી યુક્તીઓ કરવામાં આવે છે, પણ બરફ આગલ સઘલી યુક્તીઓ ફાકટ જાય છે; કાંયેકે બરફથી પાણી ઘણું થંડું થાય છે; અને તે પીધાથી ખરેખર આસાપેશ મલે છે. આજ નજદીક ૩૦ વરસ થયાં મુંબઈ શહેરમાં બરફ લાવવામાં આવે છે અને તે એટલું તો

સસતું વેચવામાં આવેછે કે તેનો ઉપીયોગ સહ લોક કરી શકેછે. હાલ મુંબઈ શેઢેરમાં અરજ એક અગતની ચીજ થઈ ગઈછે; તે વગર ગરમીના દીવસો ઉપર લોકોનો શું હાલ થાયે તે સમજ પડી શકતી નથી. એ વગર લુ લાગાથી પુશકલ ખરણુ થાયે તેમાં કાંઈ નવાઈ નથી; અને એવાં ખરણુ આપણને હીંદુસથાનના બીજા ભાગોમાં આ રૂતમાં થતાં ઘણા સંભલાયેછે. ટુકાંમાં, ગરમીના દીવસો ઉપર અરજ એક મોહોટો આશીરવાદછે અને જારે એવી વખતે અરજ મલી શકતું નથી તારે જમ આગલ પાણીની ટીપણી પડીયાથી લોકો તવલતાં હતાં તેમ એવી વખતે માણસો તવલેછે. ઘણો ખપ અરજનો ગરમીના દીવસો ઉપરજ થાયેછે અને ગરમીની રૂતમાં અરજ બદન ઉપર શું અસર કરેછે ? ગરમીની વખતે અરજની બદન ઉપર થંડકની અસર થાયેછે; એ અસર કાંઈ અરજ બદનમાં સઘલા ભાગોમાં ફરીયાથી થતી નથી; પણ જમ ગરમ ચીજ અથવા દારૂ પીધો હોયે ને તરત બદનમાં ગરમી પસાર થઈ જાયેછે, તેમ જેવું અરજ હોજરીને લાગું, એટલે તરત તેની થંડક આપ્યા બદનમાં નરવની મારફતે લાગેછે, પણ તેથી બદનની ગરમી કાંઈપણ કોતા થતી નથી. અરજ કાંઈ ગરમીના દીવસો ઉપર માતર વાપડવામાં આવતું નથી. પણ ઘણાએક દરદોમાં પીવાને તેમ બાહર લગાડવાને ઘણું ફાયદાકારક માલમ પડીયુંછે. સઘલી જાતની ઓકારીના ખરજમાં અરજ પીધામાં ઘણો ફાયદો થાયેછે. ઘણું કરીને લોહીનો જોસ હોજરીની ને સોમાં થઈ આવેછે તેથી ઓકારી થાયેછે; એવી વખતે અરજની અસર એ નેસોની ઉપર થાયેછે; તેઓને તે ચીમરાવી નાખેછે અને ધાઈ આવેલાં લોહીને દુર કરેછે. એ પરમાણુ જારે ઓકારી થાયેછે, પછી બદન ગરમ હોયે અથવા થંડું હોયે, તોયપણ અરજ આપવામાં આવેછે. એવી વેલા અંજાણા લોકો વીચારમાં પડી જાયેછે કે જારે અરજ આપું થંડુંછે, તારે થંડાં આંગ ઉપર અરજ કેમ અપાઈ શકાયે, અને પછી ડાકટરને સવાલ કરેછે કે અરજ જાતે થંડુંછે કે ગરમ ? ડાકટર અરજની ખુબી કાંહાં સમજવા જાયે, તારે પુછનારનું મન મનાવવાને માટે જવાબ આપેછે કે અરજ પીધામાં ગરમછે અને લગાડીયામાં થંડુંછે. પણ જો તેને સવાલ કરવામાં આવે કે સખત તો પમાં પણ અરજ પીવામાં આપેછે અને તે ઘણો ફાયદો કરેછે અને જ

રે બરફ પીધામાં ગરમ હોયેતો પછી એવાં દરદમાં કેમ અપાઈ શકા
યે; પણ એવી વખતે કોઈ સવાલ કરતું નથી; તેઓ આપોઆપ સ
મજે છે કે આવા ગરમ આંગ ઉપર થંડક કરવી ફાયદા લરેલું છે અ
ને બરફ જવી થંડી બીજી કેઈ ચીજ હોયે.

એ ઉપરથી ખોલી રીતે સમજ પડશે કે બરફ પીધાની અસર બ
દન ઉપર થંડક કીધા સીવાએ બીજી કંઈ નથી. તે આખા બદન
ની ગરમીને વધારતું નથી કે નહીં ઓછી કરતું; તે નરવની મારફ
તે આખા બદનમાં થંડકની લેહેજત પસાર કરે છે અને તે લેહેજત થો
ડો વંખતજ રહે છે; પણ હરેક હાલતમાં જારે બદન ગરમ હોયે કે થં
ડું હોયે તારે હોજરીની નેસો ઉપર એકજ જાતની અસર કરે છે અને
તે ધાઈ આવેલાં લોહીને પાંથરી નાખે છે. જારે આંગ થંડું હોયે, જ
મકે કોલારાના રોગમાં, તારે બરફ પીધાથી આંગ કંઈ વધારે થંડું
થતું નથી; પણ તેની અસર માતરે હોજરી ઉપરજ છે. એ ઉપરથી ખો
લી રીતે જાલમ પડે છે કે બરફ પીધામાં કંઈ પણ રીતે ગરમ નથી;
તે થંડું છે અને તેની અસર માતરે હોજરી ઉપરજ થાયે છે; થંડકની
લેહેજત આખા બદનમાં ફરી વલે છે ખરી પણ તે બદનની ગરમી એ
ક દીગરી પણ વધુ અથવા ઓછી કરતી નથી.

બરફ લગાડવામાં થંડું છે; તેની સામે કોઈ પણ સવાલ કરતું ન
થી, કાંયેકે તેની અસર દેખઈતી છે.

ઘણા જાણુને બરફ વગર ચાલતું જ નથી; તેને બરફ વગરનું પા
ણી પીવાનું લાલતું જ નથી; અને જમ દારૂ, તંબાકું છંતીયાદી ચી
જોની લુંડી દેવ પડે છે તેમ બરફ પાણી પીવાની દેવ પડે છે; તેઓ રા
ત દીવસ બરફનું પાણી વાપડે છે; અને ગરમીની રૂતુ કે શીયાલાની
રૂતુ તેઓ કંઈ જોતા નથી. માતબર લોકોમાં હાલ એ દેવ વધી પ
ડી છે અને પઈસા વાલા થયા તેથી બરફ વગરનું કંઈપણ પીવું નીચ
પણું ગણે છે; પણ સઘલી લુંડી દેવની મીસાલે એની પણ બદન ઉપ
ર ખરાબ અસર થાયે છે. બરફ અથવા ઘણું થંડું પાણી પીધાથી
હોજરીની નેસો ચીમરાયેલી રહે છે, તાંહાં ખોરાક લેતી વખતે જ
લોહી દોડી આવે છે તેમાં અટકાવ થાયે છે; તેથી ખોરાક જરપત થઈ
શકતો નથી; બેહજમીયતી પેદા થાયે છે અને સઘલા જાણુને ખબર છે
કે એ ઉપરથી કેટલા બીજા રોગો શીરૂ થાયે છે. એ પરમાણુ અંજા
ણુપણાને લીધે અને પોતાની બડાઈને લીધે છેલે તેઓ પોતાની તનદ
રોસતીને બીગાડી નાખે છે.

આ તંબાકાં ઘણું થંડું અથવા બરફ પાણી પીવું નહીં કાંયેકે તે
થી જ લોહી હોજરીમાં દોડી આવેલું હોયે છે તે પાછું હટી જાયે છે
અને પછી ખોરાક જરપત થતો નથી. વલી બરફ પાણી પણ થોડું

પીપુ. જટલું થોડું પીધાથી બદનમાં થંડક ફરી વલેછે તેટલું વારે ઘડીએ અને પુશકલ પીધાથી થતું નથી. ઘણું જ થંડું ખરકતું પાણી પીધાથી વલી દાંત ઉપર ખરાબ અસર થાયેછે; દાંતની ઉપરની ઓપરીમાં ચીરા પડી આવેછે અને તેથી દાંત જલદીથી કાઢેછે.

ઈંગલંડ દેશનાં ઘર.



રીઆલમાહુ નામની એક અછી વારતાના આકારમાં લખેલી એ પડીમાં ઈંગલંડ દેશનાં ઘરો વીશે વીચારો આપીયાછે તે જાણવાને ગાંધે અને તે વીચાર સદાખરા અહીં ઉતારી લીધાછે. મી૦ મીલવર ટન પોતાના દોસતો આગલ આ નીચે જણાવીઆ પરમાણે વાત કરેછે.

“ હાલ સુધી જે મોતેખર બાબદો ઉપર આપણે તકરાર કીધો તે છોડીને હવે એથી ઉતરતી અગતની બાબદ ઉપર તમારું ઘેયાન ખેંચું છું; તોયપણ એ બાબદ માણસના સુખને માટે ઘણી અગતનીછે.

“ હું પેહેલાં તેઓના રહેવાના ઘરો વીશે વીચાર આપું છું. એ ઘરો હાલ ઘણીજ માઠી અવસથામાંછે. રૂમી લોકો અહીં આવીયા તે પછી આપણે કાંઈ પણ આગલ વધીયા નથી; ખરેખર પુછોતો એ બાબદમાં આપણે પછાત રહેયા છઈએ. ઘણીખરી મોતેખર મતલબોમાં આપણે ગફલત રહેયાછ. સરદી કેમ ફર કરવી, આવાજ આવતો કે મ નરમ પાડવો, ચોખી હવા કેમ દાખલ કરવી, ધુમાડો કેવી રીતે કાંઠાડી નાખવો, એ સઘલી બાબદો, જાંહાંસુધી કીસબી મીસતરી પોતાને મનગમતી બાહરની નકસી ઉપર ઘેયાન આપે, તાંહાંસુધી વગર અગતની ગણવામાં આવેછે.

“ ઘર બાંધવામાં જે ફોકટનો ખરચ થાયેછે તે ઘણી અજાણેબી ઉપજાવેછે. જે ઘરો ખરાબર બાંધવામાં આવેતો સમરાવવામાં, રંગ લગાડવામાં, અને કદાચ આગના વીમાંમાં ઘણો થોડો ખરચ થયા વગર રહે નહી. આપણા હાથમાં ઘણો અછો સામણુછે, પણ કવચીત તેને આપણે ઉપીયોગમાં લાવીયેછ, અને એવું એક ઘર નથી કે જાંહાં ખુશી તથા ગમીની વખતની તરફુદ કીધી હોય.

“ વલી જીવો; સંગારમાં, અસખાબમાં, અને સઘલી જાતની રમત જેવી ચીજોમાં કેટલો ખરચ થાયેછે. હું વારેઘડીએ એક ઓરદો જોઈને મનમાં વમાસું છું કે, ‘જે પેલી બેવકુફી ભરેલી કારનીસ બાંધવામાં જે ખરચ થયો હોય, જે પેલી સીલીંગમાં વચેની નકસીકામ ઉપર ખરચ થયો હોય, પેલો કુખી આવે એવો સામણ કે જેમાં

જેટલી ગમે તેટલી ધુલ ભરાઈ રહે તે ઉપર ખરચ થયો હોયે, જે પેલી સોભઈતી રમતની ચીજે જે બે તરણ મીનીટ લગી દીલ ખુશ કે રહે અને પછી હમેશાં મેહેનત આપેછે તે ઉપર ખરચ થયો હોયે, તે ના પધસા જે ભારી પાસે હોયેતો ઓરડાને એવો મોહોટો કરી ના ખું અને સુધારી મેલું, કે જે લોકો તેમાં રહે તેઓને કેટલી બધી સગવડ થાયે.

“ઓરડામાં ખરેખર લોકો રહેશે તે વીશે મીસતરી તથા નકસી કરનાર સઉથી છેલો વીચાર રાખેછે. મેં એક મેહેલ અથવા કીલા ની એક આખી પાંખ એક થોડી જગાને લીધે એટલીતો બીગાડી ના બેલી જોઈ કે ૨૦ કે ૩૦ ઓરડાઓમાં જે જરૂરના સામાણ જોઈયે તે ને મારે પુરતી જગા હતી નહી. એ ઓરડાઓમાં જાંહાં રાત દીવ સ માણસ વસે અને સુવે તેઓને મારે એક કોચ અથવા લખવા ની ટેબલ મુકવાની જગા નહી હતી.

“વલી રૂત ઉપર ઘેઆન આપીયું હોયે એવું પણ લાગતું નથી, ગરેટ બરીટનમાં વરસના અરસામાં ખુશકલ વરસાદના દાહાડા આ વેછે અને તાંહાંની વસંતરૂતું કાંઈ તદન ખુશ નહી હોતી, એ વાત વીસરી જવામાં આવીછે. એ બાબદમાં આપણા વડાવા આપણા કરતાં વધારે દાહાપણવાલા હતા અને છાંયામાં ફરવા હરવાની જગા શુંછે તે સમજતા હતા. હાલનાં વખતમાં એક મોહોટી વાડીની વચમાં એક મોહોટું સફેદ ઘર ધુરકતું હોયે એવું દેખાયેછે. એવી મોહોટી વાડીમાં તોફાણી અને ભીની હવામાં ઉઘાડું પડીયા વગર જ રા ચાલવાની કસરત અથવા જરા ચોખી હવા લેવાને બની આવે એ વીશેના કોઈએ વીચાર કીધો હોયે એવું દેખાતું નથી. મેં વારે ઘડીએ જોયુંછે કે જે બે તરણ ઓરડાની નકામી, બેવકુફ ભરેલી અને વગર સોભઈતી નકસી અને સંગારને બદલે એક ખુબસુરત ચાલ બાંધી લીધી હોયે કે જાંહાં આજરો માણસ તથા જુવાન લોકો સુરજનું તડકું ભોગવે અને શીયાલામાં ચોખી હવા તથા કસરતનો લાભ લેઈ શકે.

“ગરીબ લોકોની જુકડીતો જાણે તદન જુલમજછે. વારેઘડીએ ગટરો વગર બાંધેલી હોયેછે, કોઈ વેલા દીવાલ જમીન ઉપરજ ઉડાવી દીધેલી હોયેછે અને બારીબારણા કાંઈ પણ બચાવ વગર પુરવ તરફના પવન તરફ ઉઘાડાં રહેછે તેથી તેઓ તાપના માલા અને નનલો તથા ખહીના રોગના અછી રીતે ગોઠવેલાં છટકાંછે.

“અહીં બાંધવાનો અછો સામાણ તદન વીસરી જવામાં આવી ચોછે. તેઓને બાંધવામાં ભુજેલી ઘટ, સલેટ અને નલીયાં ઘણા લાભથી વપડાઈ શકાયે. ખરેખર એક ઘર અને જરૂર કરીને એક જુક

ડી એવી બાંધવી જોઈએ કે તેમાં કાંઈ પણ સરદી પેવસ થાયે નહીં અને સઘલી રીતે હવા આવ જવ થાયે એવો બંદોબસત હોવો જોઈએ. તમે મેરબાની કરીને સઉથી ઉંચાંમાં ઉંચીથી તે સઉથી હલકી બાંધણીના ઘરમાં એવી રીતની બનાવટ દેખાડી શકશો ?

“અને હવે આપણા લંડન શહેરની ઇમારતો જુવો. હું ક બુલ ક્લંધું કે મારેથી ઘોંગાટ ખમાઈ શકાતો નથી; પણ હું એ બાબદમાં એખલો નથી, એવું હું ધારું છું. હવે, તમે જ જોજો કે જમણી તથા દાબો બાજુના બેઉ પડોશી ઉપર એક રેહેવાસી આધાર રાખે છે. આપણને તેઓની ચીમનીના ધુમાડાંનો ગમત લે વી પડે છે; તેઓની છોકરીઓને વાજનતર ઉપર પેહેલું વેહેલું ગાયેણ સીખતાં સાંભલવું પડે છે, અને વગર તેડે તેઓના ખાણ પીનાના કલબલાતમાં ભાગ લેવો પડે છે.

“પણ હું એ બાબદ ઉપર વધારેવાર રેહેવા માંગતો નથી, મારી એટલીજ ખાહેશ છે કે જરે લોકો ઘર બાંધે તારે એ ઘર વસવાને માટે બાંધવામાં આવે છે એ વીસરી નહીં જાયે; અને તેઓએ તે પરમાંજ ચાલવું જોઈએ. એલમેઇલાહી અથવા વેદાંતના અધારામાં ગોતાં ખાવામાં જે વીચાર લોકો આપે છે, તેના જે અરથો અરથ વીચાર માણસને સુખથી રેહેવાને માટે ઘરો કેવાં બાંધવાં તે ઉપર આપેતો આપણી કુનીયાં કેટલી સુખી થાયે.

“જરે સર વાલટર સકાટ મરી ગયો તારે તેના લખાન ઉપર આવો વીચાર આપવામાં આવીયો હતો:—‘શેકશપીયર જુદી જુદી કીસમના માણસોને અંદરથી બાંધીયા પછી બાહર આવે છે. તેઓ ના દગલા, પોશાક અને સઘલો બાહરનો દેખાવ ઉપર તે સઉથી છેલ્લું ધ્યાન આપે છે; પણ સર વાલટર બાહરના દેખાવથી શીરૂ કરે છે અને પેહેલવાનોના વીચાર બાહરના દેખાવો ઉપરથીજ આપે છે.’ એ વીચારમાં થોડી સચાઈ છે ખરી, જેકે એ વીચાર સર વાલટર વીશે વધારે કઠીણ લાગે છે; પણ મને વારેઘડીએ એવો વીચાર આવે છે કે જે ફરીયાદ સર વાલટર વીશે થઈ છે તે ફરીયાદ આપણને લાગુ પડે છે અને હમેશાં આપણે બાહરના દેખાવ ઉપર પેહેલે ધ્યાન આપીયે છઈએ. બાહરના દેખાવ ઉપર ઘણુંજ ખુશનુમાં ગાઠીક નકસી દેખાયે છે, કે જેમાં પેલો ગાઠીક કીસમી ગાઠ લોકોના વખત પછી સર સામણમાં જે જે સુધારા થયા છે તેને વીસરી નઈને તમને બેવકુફ ભરેલી બારીઓ અને અંધારી ચાલો અને દરેક જાતની પીડા, જેમાં ગાઠ લોકો અંજાણપણથી સભુરીથી ખમતા હતા, તે તમને સોંફે છે.”



પરચુટણ.

લંડન શેહેરમાં ૧૮૬૮ માં મરતીયુક—લંડન શેહેરની ૩૧,૨૬,૬૦૦ લોકોની વસતીમાં ૧૮૬૮ માં ૭૩૨૭૯ મરણ નીપજ્યાં હતાં, એટલે એક વરસમાં દર હજાર માણસે ૨૩.૫ મરણ થયાં હતાં. સકારલટીનાનો મરણ જે સહીયેડ અને ગોવરાં જેવો ઉડતો મરણ છે કે જે હીંડુસંથાનમાં કદાચ જોવામાં આવેછે, તે મરણથી સઘલાં મરણના દર એક હજારે નજદીક ૩૯ મરણ થયાં હતાં. સહીયેડથી પછાત, ગોવરાંથી ૧૯૫૪, હુંપીંગકાફ (ઉડતા ઠાંસા) થી ૨૩૨૦ અને ટાઈફસ ફીવર (ઉડતી તાપ) થી ૨૪૨૭ મરણ નીપજ્યાં હતાં. મુંબઈ શેહેરમાં સકારલટીના, હુંપીંગકાફ અથવા ટાઈફસ ફીવર જેવા મરણથી નીપજતાં મરણ કદાચ સાંભળવામાં આવેછે. સહીયેડ હજાર સુધી લંડન શેહેર માટેથી નાબુદ થયો નથી. મુંબઈનો ૧૮૬૮ નો મરતીયુકનો રીપોર્ટ હજાર બાહેર પડીયો નથી; પણ તેની આગ મજતા વરસોમાં બેઉ શેહેરમાં આ નીચે જણાવીઆ મુજબ વસતી સાથે સરખાવતાં મરણનું પરમાણુ થયું હતું.

વસતી સાથે સરખાવતાં

મરણ લંડનમાં.

મુંબઈમાં.

| | | | | |
|------|-------|------|-------|------|
| ૧૮૬૫ | | ૨૩.૫ | | ૩૩.૬ |
| ૧૮૬૬ | | ૨૫.૬ | | ૨૦.૬ |
| ૧૮૬૭ | | ૨૨.૬ | | ૧૯.૦ |
| ૧૮૬૮ | | ૨૩.૫ | | — |

એ ટીપ સરખાવતાં બેઉ શેહેરની હાલતમાં ઘણો ફરક જોવામાં આવતો નથી.

કારખાનામાં બેગારીઓને સનવારે અરધો દાહાડો છુટી આપવાનો ઈંગલંડમાં એક ધારો આ વરસની શીરૂઆતથી પસાર થયો છે અને તે પરમાણુ ચાલવાને કારખાનાના ઉપરીઓને ફરજ પાડી છે. હાલના વખતમાં સાત દાહાડે એક દાહાડો છુટી દર રોજ ૧૦ અથવા ૧૨ કલાક લગી કામ કરનારને બસ માલમ પડતો નથી અને તેથી સનવારનો અરધો દાહાડો છુટી આપવાની ફરજ પાડવામાં આવી છે. મુંબઈમાં કેટલાંએક કારખાનાઓમાં આતવારે પણ છુટી આપતા નથી અને માણસો દર રોજ ૧૦ થી ૧૨ કલાક મેહેનત કરીયા જાય છે. એ વીશે મુંબઈમાં પણ બંદોબસત થવો જરૂર છે.

તંનદરોસતી.

એએ ૧૮૬૯.

મુંબઈ શેહેરનાં મુતરખાના અથવા મુતાલી.

—0000—

મુંબઈ શેહેરનાં રસતાઓ ઉપર જેમ કચરાનાં પેટારાઓ એક એક લગાડનારી ચીજ છે, તેમ એક બીજી એક લગાડનારી ચીજ રસતા ઉપર બાંધેલાં મુતરખાનાઓ છે. દેશી લોકોની એક એવી રીત છે કે ઘર મુકી દેઈને બાહર જતી વખતે રસતા ઉપર પીશાબ કરે, અને જાંહાંસુધી બાહર મુતરખાનાઓ બાંધેલાં નહીં હતાં તાંહાંસુધી રસતાની બાજુએ જાંહાં દીવાલ મલી અથવા કોઈનાં ઘેરની વાડાની ગલી મલી, એટલે વગર મહલાજે પીશાબ કરવા મંડી જાયે. થોડાં વરસની વાત ઉપર દરેક રસતાની બાજુએ મુતરનાં રેલા નજર આવતા હતા; અને તેથી રાહાદારીઓને ઘણું સોસણું પડતું હતું. એ ગલીની દુર કરવાને માટે શેહેરની સુધરાઈ ખાતાનાં ઉપરીએ ગલીઓમાં લોહોડાનાં મુતરખાનાઓ મુકાવીયાં છે કે જ્યાં આગલી સઘલી એક બરેલી રીત નીકલી જાયે; પણ તેમાં તેઓ પુરતી રીતે ફતેહ પામીયાં હોયે એવું લાગતું નથી. ખરી વાત છે, કે હાલ રસતા ઉપર આપણને મુતરનાં રેલાઓ નજરે પડતાં નથી; પણ તેથી શું થયું? તેને બદલે રસતાઓ ઉપર રાહાદારીઓને અને ગાડી ઘોડાને ફરવાને અડચણ થઈ; એટલું જ નહીં, પણ તે માટેથી બદલો નીકલતો કાંઈ પણ કમતી થયો નથી. તે માટેથી નીકલતો બદલો આસપાસનાં ઘેરોમાં પે વસ થાયે છે અને તેમાં રહેનારાઓની તનદરોસતીના બીગાડો કરે છે. જોકે એ મુતરખાનાઓથી મજૂર લોકોને સુખ થયું છે, પણ તેથી જ બીગાડો થાયે છે તે વીચારમાં લેતાં તેઓ સુખને બદલે દુખ થઈ પડીયાં છે. ઘણી વેલા રાતની વેલા એ મુતરખાનાઓમાં લોકો જાહાડો કરી

પરચુટણ.

લંડન શેહેરમાં ૧૮૬૮ માં મરતીયુક—લંડન શેહેરની ૩૨,૨૬,૬૦૦ લોકોની વસતીમાં ૧૮૬૮ માં ૭૩૨૭૯ મરણ નીપજ્યાં હતાં, એટલે એક વરસમાં દર હજાર માણસે ૨૩.૫ મરણ થયાં હતાં. સકારલટીનાનો મરણ જે સહીયેડ અને ગોવરાં જેવો હતો મરણ છે કે જે હાંડુસથાનમાં કદાચ જોવામાં આવે છે, તે મરણથી સઘલાં મરણના દર એક હજારે નવદોક ૩૯ મરણ થયાં હતાં. સહીયેડથી પલ્લ, ગોવરાંથી ૧૯૫૪, હુંપીંગકાફ (હડતા ઠાંસા) થી ૨૩૨૦ અને ટાઈફસ ફીવર (હડતી તાપ) થી ૨૪૨૭ મરણ નીપજ્યાં હતાં. મુંબઈ શેહેરમાં સકારલેટીના, હુંપીંગકાફ અથવા ટાઈફસ ફીવર જેવા મરણથી નીપજતાં મરણ કદાચ જોવામાં આવે છે. સહીયેડ હજાર સુધી લંડન શેહેર માટેથી નાબુદ થયો નથી. મુંબઈના ૧૮૬૮ નો મરતીયુકનો રીપોર્ટ હજાર બાહર પડીયો નથી; પણ તેની આગ મળતા વરસોમાં બેડ શેહેરમાં આ નીચે જણાવીઆ મુજબ વસતી સાથે સરખાવતાં મરણનું પરમાણુ થયું હતું.

વસતી સાથે સરખાવતાં

મરણ લંડનમાં.

મુંબઈમાં.

| | | | | |
|------|-------|------|-------|------|
| ૧૮૬૫ | | ૨૩.૫ | | ૩૩.૬ |
| ૧૮૬૬ | | ૨૫.૬ | | ૨૦.૬ |
| ૧૮૬૭ | | ૨૨.૬ | | ૧૯.૦ |
| ૧૮૬૮ | | ૨૩.૫ | | — |

એ ટીપ સરખાવતાં બેડ શેહેરની હાલતમાં ઘણો ફરક જોવામાં આવતો નથી.

કારખાનામાં બેગારીઓને સનવારે અરધો દાહાડો છુટી આપવાનો ઈંગલંડમાં એક ધારો આ વરસની શીરૂઆતથી પસાર થયો છે અને તે પરમાણુ ચાલવાને કારખાનાના ઉપરીઓને ફરજ પાડી છે. હાલના વખતમાં સાત દાહાડે એક દાહાડો છુટી, દર રોજ ૧૦ અથવા ૧૨ કલાક લગી કામ કરનારને બસ માલમ પડતો નથી અને તેથી સનવારનો અરધો દાહાડો છુટી આપવાની ફરજ પાડવામાં આવી છે. મુંબઈમાં કેટલાંએક કારખાનાઓમાં આતંવારે પણ છુટી આપતા નથી અને માણસો દર રોજ ૧૦ થી ૧૨ કલાક મેહેનત કરીયા જાય છે. એ વીશે મુંબઈમાં પણ બંદોબસત થવો જરૂર છે.

તંનદરોસતી.

એએ ૧૮૬૯.

મુંબઈ શેહેરનાં મુતરખાના અથવા મુતાલી.

—0000—

મુંબઈ શેહેરનાં રસતાઓ ઉપર જેમ કચરાનાં પેટારાઓ એક એક લગાડનારી ચીજ છે, તેમ એક બીજી એક લગાડનારી ચીજ રસતા ઉપર બાંધેલાં મુતરખાનાઓ છે. દેશી લોકોની એક એવી રીત છે કે ઘર મુકી દેઈને બાહર જતી વખતે રસતા ઉપર પીશાબ કરે, અને જાંઠાંસુધી બાહર મુતરખાનઓ બાંધેલાં નહીં હતાં તાંજાંસુધી રસતાની બાજુએ જાંઠાં દીવાલ મલી અથવા કોઈનાં ઘેરની વાડાની ગલી મલી, એટલે વગર મહલાજે પીશાબ કરવા મંડી જાયે. થોડાં વરસની વાત ઉપર દરેક રસતાની બાજુએ મુતરનાં રેલા નજર આવતા હતા; અને તેથી રાહદારીઓને ઘણું સોસવું પડતું હતું. એ ગલીની દુર કરવાને માટે શેહેરની સુધરાઈ ખાતાંનાં ઉપરીએ ગલીઓમાં લોહોડાનાં મુતરખાનાઓ મુકાવીયાં છે કે જ્યાં આગલી સઘલી એક બરેલી રીત નીકલી જાયે; પણ તેમાં તેઓ પુરતી રીતે ફતેહ પામીયાં હોયે એવું લાગતું નથી. ખરી વાત છે, કે હાલ રસતા ઉપર આપણને મુતરનાં રેલાઓ નજરે પડતાં નથી; પણ તેથી શું થયું? તેને બદલે રસતાઓ ઉપર રાહદારીઓને અને ગાડી ઘોડાને ફરવાને અડચણ થઈ; એટલું જ નહીં, પણ તે માટેથી બદલો નીકલતો કાંઈ પણ કમતી થયો નથી. તે માટેથી નીકલતો બદલો આસપાસનાં ઘેરોમાં પે વસ થાય છે અને તેમાં રહેનારાઓની તનદરોસતીના બીગાડો કરે છે. જોકે એ મુતરખાનાઓથી મજુર લોકોને સુખ થયું છે, પણ તેથી જ બીગાડો થાય છે તે વીચારમાં લેતાં તેઓ સુખને બદલે દુખ થઈ પડીયાં છે. ઘણી વેલા રાતની વેલા એ મુતરખાનાઓમાં લોકો જાહાડો કરી

જાયેછે અને તેથી તે જગા વધારે ગલીચ થાયેછે. હાલ મુંબઈ શેઢેરમાં ૮૦ મુતરખાનાઓ રસતે રસતે મુકીયાંછે. રાતની વેલા તેમાં પાણીની ધાર ચાલીયા કરેછે, પણ દીવસનો વખત કે જરે તેઓને વારે ઘડીએ સાફ રાખવાની જરૂરછે તે વખતે તેમાં પાણી કામે લાગતું નથી. એ મુતરખાનાઓ ઘણુંકરીને મંજુરો જે સહવારથી તે રાત લગી બાહર કામે વલગેછે તેઓને મારે કરવામાં આવીયાંછે. જે લોકો મંજુરોને કામે લગાડે તેઓને જે પોતાના માણસને મારે એવી જગાની ગોઠવણ કરવાની ફરજ પાડેતો પછી આ જાહેર મુતરખાનાઓનું કાંઈ કામ પડે નહીં; અને તેથી જે હાલ વસતીમાં ગલીચી થાયેછે તે નીકલી જાયે. વલી શેઢેરનાં મુધરાઈ ખાતાનાં વડાની કાંઈ તાકાત નથી કે કોઈના ઘરની પડોશમાં અથવા તેની બારી હેઠલ બીજા લોકો પાસે ગલીચી કરાવે. હરેક કોઈ ઘણી હર વખતે એવી ગલીચીનું કારણ ફર કરાવી શકે તેમાં કાંઈ શક નથી. એ વીશેનો કાંઈ પણ બંદોબસ ત થયો નોંધયે.

મુંબઈ શેઢેરમાં મરણ.

મહીના તથા રૂત.

મરણના કારણે સાથે જીદાં જીદાં દરદોથી થતાં મરણ કીયા મહીનામાં અથવા કેઈ રૂતમાં વધારે થાયેછે એ બાબદ જાણવાનુંગછે; કાંયકે તે ઉપરથી માલમ પડી આવે કે કેઈ રૂત વધારે દરદનીછે અને કેઈ રૂતમાં એક સ દરદો થઈ આવેછે. ૧૮૬૦ થી ૧૮૬૭ લગીમાં મુંબઈ શેઢેરમાં સરાસરી જીદાં જીદાં દરદોથી જીદી જીદી રૂતમાં કેટલાં મરણ થયાં હતાં, તે આ નીચેના કોઠા ઉપરથી માલમ પડેછે. એક વરસના ચાર લાગ કરવામાં આવીયાછે, પેહલો લાગ ફેબ્રુવારી મારચ અને એપ્રેલનોછે; એ મહીના ઘણુંકરીને સખત ગરમીનાછે અને એ વખતે જ મીન તરફનો પવન ફુકેછે; બીજો અને ત્રીજો લાગ મેએથી તે અક્ટોબર લગીનાછે; એ વખત ઘણુંકરીને ચોમાસાનાછે; અને દરીયા તરફથી પવન ફુકેછે. ચોથો લાગ નવેમ્બરથી જાનેવારી લગીનાછે અને એ વખત ઠંડીનાછે અને જમીન તરફથી પવન ફુકેછે.

| | ૧ લો. ફેબ્રુઆરીથી એપ્રિલ. | ૨ જો. મેથી જુલાઈ. | ૩ જો. ઓગસ્ટથી ઓક્ટોબર. | ૪ થો. નવેમ્બરથી જાન્યુઆરી. | જુમલો. |
|------------------|---------------------------------|-------------------------|------------------------------|----------------------------------|--------|
| કોલારા..... | ૬૩૮ | ૫૬૦ | ૨૯૭ | ૪૮૮ | ૧૮૮૩ |
| સહીયેડ..... | ૪૬૬ | ૩૪૧ | ૪૫ | ૪૫ | ૯૨૭ |
| ગોવડ..... | ૧૭૦ | ૧૧૪ | ૧૪ | ૧૮ | ૩૧૬ |
| તાપ..... | ૨૭૩૧ | ૨૪૨૧ | ૨૦૦૦ | ૨૩૨૬ | ૯૪૭૮ |
| લેખના દરદો..... | ૧૭૫ | ૨૦૮ | ૨૧૩ | ૨૦૪ | ૮૦૧ |
| છાતીના દરદો..... | ૩૫૪ | ૩૧૭ | ૩૧૧ | ૩૦૮ | ૧૨૯૦ |
| પેટના દરદો..... | ૫૨૧ | ૪૬૭ | ૪૮૪ | ૪૪૮ | ૧૮૨૦ |

એ ટીપ ઉપરથી માલમ પડે છે, કે સહીયે વધારે મરણ તાપના રોગથી થાય છે અને તેમાં સહીયે વધારે ફેબ્રુઆરીથી એપ્રિલ લગી નીપજે છે. એટલે વરસાદ તદ્દન ગયા પછી તાહાડ બેસતાં તેનું જોર વધવા માંડે છે, તે સમયે ગરમી લગી તે પુર જોરમાં આવે છે. વરસાદ પડીયાથી તેનું જોર કમતી થાય છે, અને વરસાદની રૂતુમાં તેનું જોર ઘણું જ કમતર થઈ જાય છે; અને એ પરમાંજે બનવાનું કારણ ઘણું દેખાઈતું છે. છાસતી તરફ જાંઠાં જાડ પાન પુશકલ હોય છે અને જાંઠાં વરસાદનું પાણી જમીન ઉપર એકઠું થઈ રહે છે, તાંહાં વરસાદ ગયા પછી તાપનું જોર વધવા માંડે છે તે છેક પાછો વરસાદ આવે છે તાંહાં લગી રહે છે. એજ પરમાંજે મુંબઈમાં પણ કેટલીએક જગા ઉપર પાણી એકઠું થઈ રહેવાથી તાપનો ઉપદ્રવ પુશકલ થાય છે; પણ સહીયે મોટું કારણ, જમીન તરફથી એટલે છાસતીના પુરવ તરફનો પવન ફૂકીયાથી, તાપનું જ મલેરીયા નામનું જોર છે, તે મુંબઈ તરફ ઘસડાઈ આવે છે; અને એજ કારણને માટે આજની માણસને અને તેમાં ખસુસ તાપવાલા માણસને પુરવ તરફનો પવન લેવાની મનાઈ કરવામાં આવે છે.

તાપના રોગ પછી ઉતરતાં મરણ કોલારાના રોગથી નીપજે છે. દર વરસે નવેમ્બર બે ડિસેમ્બર જાન એ બુરા રોગથી બરબાદ જાય છે. એનું જોર પણ તાપના રોગની મીસાલે વરસાદની મોસમમાં કમતી થાય છે; વરસાદ ગયા પછી તે વધવા માંડે છે, તે છેક વરસાદ શીર થાય છે તાંહાં લગી પુર જોરમાં રહે છે. એવા સંજોગને લીધે કેટલાએક ડાક્ટર કોલારાની અને તાપની ઉત્પત્તિ એકજ ગણે છે; અને જમ તાપમાં કુઈનાઈટ દવા આપે છે તેમ કોલારામાં પણ આપે છે.

કોલારાની સાથે સહીયેડ અને ગોવરાંને ઉડતા મરજો ગણવામાં આવેછે. દર વરસે નવદીક એક હજાર માણસ સહીયેડના રોગથી મરણ પામેછે; એટલે સહીયેડ કરતાં કોલારાથી બેવરાં મરણ થાયછે. ગોવરાંથી નીપજતાં મરણો સહીયેડ કરતાં ઘણા કમતી થાયછે એટલે ગોવરા કરતાં સહીયેડથી તરણ ઘણાં મરણ નીપજેછે. એ બેઉ મરજો નું જોર વરસાદ તથા થંડીના દીવસો ઉપર ઘણું જ કમતી હોયછે. પણ ગરમી બેસતાં જ તેનું જોર વધવા માંડેછે, તે વરસાદ પડતાં નરમ થતું જાયછે.

છાતીના દરદોનું જોર વરસાદ તથા થંડી મોસમમાં કમતર હોય છે અને ગરમી પડતાં તેનું જોર વધેછે; એજ પરમાણે પેટનાં દરદોનું જોર પણ નરમ અથવા વધુ હોયછે. માતરે ભેજાના દરદો ગરમીમાં કમતર હોયછે અને વરસાદ પડતાં વધારે નીપજેછે.

એ ઉપરથી માલમ પડેછે, કે જે રોગો હવાની ગલીચીને લીધે થઈ શકે હવામાં દરદોના બી ઉડતાં ફરેછે તેથી પેદા થાયછે, તે રોગોનું જોર વરસાદ પડતાને વાર તરત નરમ પડેછે, કાંયકે જે ગરમીને લીધે જમીનની સપાટી ઉપરથી જોર હવામાં ફરતું રહેછે, તે વરસાદ પડતાં પાછું હવા માટેથી ધોવાઈ જાયછે; એટલે વરસાદથી હવા ખાલેસ અને ચોખી થાયછે. એ બી જમીનમાં પડી રહેછે તે વરસાદ ગચ્છા પછી પાછાં ગરમીને લીધે હવામાં ઉડેછે અને તેથી એ મરજો પેદા કરેછે.

એ ટીપ ઉપરથી વંલી બીજા બાબદ એ માલમ પડેછે, કે જોરે જમીન તરફથી પવન ફુકેછે તારે દરદોનું જોર વધેછે; અને જો દરીયા તરફથી પવન ફુકવા માંડીયો એટલે જોર નરમ પડવા માંડેછે; અને તેનું કારણ દેખઈતું છે, જમીન તરફનો ફુકતો પવન હમેશાં ગં લીચ હોયછે, દરીયા તરફનો ખાલેસ અને ચોખો હોયછે.

જખરદસતીથી ગણી શીતલા સુકવાનો ધારો.

બામબે અસોક્ષીયેશનના વીચાર.

આજનો જમાનો એવોછે કે દરેક જણ, ગરીબ કે માતખર, જોરા વર કે ફુબલો, પોતાના હુક અને છુટાપણું જાલવવામાં ખાતી રહેછે.

“કોઈની તાકાત નથી કે મારા કાંમકાનની વચ્ચે જાંડાંસુધી બીજાને અડચણ નહીં થાયે તાંડાંસુધી કોઈ શખસ વચ્ચે આવે અને કોઈની તાકાત નથી કે મને ઈજા દેઈને પોતે સુખ ભોગવે. જે મારેથી સલાહ સંપન્ન થી ઉપાયે નહીં થાયેતો મને મદદ કરનાર અને મને ઈજા તથા દુખ માટેથી છોડવનાર સરકારી ધારોછે અને હું ખચીતછું કે એ ધારાનાં આસરા તલે મને સુખ મલી શકશે. કોઈની તાકાત નથી કે મારી પોતાની જમીન ઉપરથી મારી પરવાનગી વગર પસાર થાયે; કોઈની તાકાત નથી કે મારા ઘરની અરોઅર દીવાલ બાંધીને ઉપર બારી ગોઠવે; કોણની તાકાતછે કે મારા નામની કોઈ પણ સહી કરી શકે; તેને હું શીક્ષા કરાઉં.” એ પરમાણુ દરેક જણ જાંડાં રૂપીયા, આના, તથા પઈની વાત આવી તાંડાં પોતાનો હક અને છુટાપણું જાલવવાને જીવ કાઢાડી નાખેછે. પણ જાંડાં પઈસાની વાત નહીં આવે, પછી ગમે તેવું તેની ઉપર દુખ ગુજરી જાયેતો તેની તે કાંઈ દરકાર કરતો નથી; તે પોતાની તનદરોસતી કરતાં પઈસાને વધારે ધરેછે અથવા જેમ તેને પઈસાનો ખેચાલ આવેછે તેમ પોતાની જાંડગી તથા તનદરોસતીનો ખેચાલ આવેતો નથી; તે કદી એમ નથી ફરીયાદ કરવાનો કે “કોઈની તાકાત નથી કે પોતે દુખ ભોગવે, તેની સાથે અંજાણપણે અથવા જાણી બુજીને મને પણ તેમાં ભાગીયો કરે.” કોઈ દાહાડે તેને એમ ફરીયાદ કરતાં તમે સાંભલશો નહીં, કે “જીવો મારા પડોશીથી મારી તનદરોસતીના કેટલો બીગાડો થાયેછે; તેના ઘરનો ધુમાડો મારે તાંડાં ચાલીયો આવેછે; તે ઘર ઘણું ગલીચ રાખેછે; તેના વાડાની ગંધ મારા ઘરમાં ચાલી આવેછે”; અને જે કદાચ ફરીયાદ કીધીતો તે બોલવામાં રહેછે; તે કદી પણ પઈસાની કદર મીસાલે એ બાબદમાં જીવ કાઢાડી નાખતો નથી. એવા વીચાર હાલ આપણા લોકોના છુટાપણાનોછે; એટલે આજે જીવ કરતાં પણ પઈસો વધારે વાહાલોછે.

જારે લોકો પોતે પોતાની તનદરોસતીની સંભાલ લેઈ શકે નહીં અને જારે તેથી પારકાને ઈજા પોંડાયેછે અને તેની ફરીયાદ કરવાનો કોઈનો ખેચાલ નથી, તારે સરકારને વચમાં પડવાની જરૂર પડેછે. સરકારને એક જણનો હક જાલવવાની ફરજ નથી; પણ તે સઘલાનો હક એક સરખો ગણેછે અને સરકાર દરેક જણના જાણને કીમતી ગણેછે; અને તેથી સરકાર વચમાં પડેછે અને ધારાઓ.

બાંધીને નખરદસતીથી લોકોને એકમેકના હક જાલવવાની ફરજ પાડે છે. કેટલાએક નણ પોતાના ખર્ચા હકથી અંગણા હોય છે; તેઓ પુરતી રીતે પોતાના હક સમજે તાંહાંસુધી સરકારને ખોટી રહેવું દરસત લાગતું નથી.

એક સાધારણ સવાલ પુછીયે; તમે તમારી પોતાની તનદરોસતી, કે જેનું મુલ થઈ શકે નહી, તે ઉપર તમે પોતે અછી રીતે સંભાલ રાખો છો; અને તમારા ઘરમાં એવો બંદોબસત રાખો છો કે જ્યાં તમારી તથા તમારા સગાં વાહોલાની તનદરોસતીને કાંઈ પણ બીગાડો થાય નહી; પણ તમને જરૂર એવું માલમ પડે કે તમારા પડોશીની એવી રીતલાંતછે કે જ્યાં તરેહવાર દરદો ઉતપણ થાય અને તે દરદો એવાં હોય કે તે એક માણસથી બીજાને ઉડે તો તમે તેનો ઉપાય કરશો કે બેસીને જોયા કરશો. કદાચ તમે સલાહ સંપન્ન થી રહેવાને માટે તમારા પડોશીને તનદરોસતી જલવાયે એવા ઉપાયો લેવાને સમજ આપશો; પણ તમારો પડોશી એવો અનધડ હોય અથવા બોહાસીલા હોય કે તમારું કેહેલું સાંભલે નહી અથવા કહેવા પર માણુ ચાલે નહી; તો તમને વધારે આગલ ઉપાય લેવાની જરૂર દીશે છે; કે ધુલ નાખી કરીને બરબડીને બેસી રહેશો. તેથી પરીણામ શું ની પડે છે; જે ઉડતો રોગ પડોશીનાં ઘરમાં પેદા થયો તે તમારે તાંહાં આવીને વલગે છે અને તમે કુખ અને માહેતમમાં પડો છો અને કદાચ ઘણા કીમતી જાનનો નાશ થાય છે. શું તમે એટલું બધું થવું દેશો, કે તરત સરકારની મદદ માંગશો અને તમારો હક અને શુખ જાલવાને માટે જીવ કાહાડી નહી નાખશો ? જરૂર સરકાર જીવે કે તમે સંઘલો અંગણા છો અને જે તમારો ઉપર કુખ પડે છે તે અટકાવી શકાયે એવાં છે, તારે શું સરકાર સઘલી આલમ ઉપર નજર કરીયા વગર રહેશે ? શું તમને જાહેર તનદરોસતીનાં કાયદાઓ જાલવવાને જરૂર નહી પાડશે; અને કદાચ તમે એવા નખરદસતીનાં કાયદાને જીલમ ગણશો, પણ શું તેથી સરકાર પોતાની ખરી ફરજ બજાવવાને ચુકશે ? ના, કદી નહી, તમે જને પહેલાં જીલમ સમજશો તે તમને આખરે એક આશીરવાદની માફક માલમ પડશે.

એટલા માટે સરકાર અરસ પરસમાં સુખને માટે લોકોનાં અનજાણપણાની અને તેથી જીલમમાં થાય છે એવા તેઓનાં પોકારની

દરકાર કીધા વગર જખરદસત ધારાઓ બાંધેછે અને દરેકને તે પરમાણે ચાલવાની ફરજ પાડેછે.

હવે એ જખરદસત ધારાઓમાં હાલ મુંબઈમાં એ ધારા સરકાર પસાર કરવા ચાહેછે; એક ધારો એવોછે કે દરેક માઆપને પોતાના બાંને ગહિશીતલા મુકાવવાની ફરજ પાડવી; બીજો ધારો દરેક વેસીયાને પોતાના બદતની ડાકટર પાસે તપાસ કરાવવાની ફરજ પાડવી. એ બેઉમાં સહી અગતનો પેહલો ધારોછે, કાંયેકે તે આખી આલમના સુખને માટેછે; બીજો ધારો જોકે થોડાના સુખને માટેછે, પણ તેને અમલમાં લાવવાની દરરોજ જરૂર માલમ પડતી જાયછે.

હાલ આપણે ગહિશીતલા મુકાવવાની ફરજ વીશે વીચાર કરીયે. આજ નનદીક ૭૫ વરસની વાત ઉપર ડાકટર જેનેરે સહીયેડ અટકાવાનો ઉપાયે ગહિશીતલાનો સોધી કાઢાડીયો. તારપછી તેનો ફાયદો એટલોતો માલમ પડતો ગયો, કે આખા યુરોપમાં થોડી મુદતમાં તે ઉપાયે ફેલાઈ ગયો અને દરેક જણ તેનો લાલ લેવાને ખાતી રહેયા. યુરોપમાંજ તેનો ઉપયોગ થયો, એટલુંજ નહી પણ અમેરીકા અને એસીયા તથા આફ્રીકાખંડના પુશકલ મુલુકોમાં તેનો પગ પેસારો થયો, અને હાલ દુનીયાનો કોઈજ ભાગ હશે કે જાંહાં એ ઉપાયેની ખુબી માલમ નહી હશે. જેમ દરેક સારાં કામમાં કોઈને કોઈ પણ આડે આવતાર હોયેછે તેમ એ સુલ કામમાં ઘણાં જણ સાંભણે થયા હતા અને હાલ પણ યુરોપમાં થોડાછે કે જે હજુર તેનો સામણે થાયછે; પણ જેટલી નજર, દેખાદેખીથી અને ખરા અખતરા જોયાથી ઉઘડેછે તેટલી બોલવાથી અથવા વાયેજ કરવાથી થતી નથી. એજ મીસાલે દરેક જણ એનો ફાયદો જોવા લાગા, એટલું થવા છતાં પણ સહીયેડના મરજથી મરણો જોકે કમતી થયાં તોયપણ તેમ નમાનતી રીતે થયાં નહી. કેટલીએક અડચણોને લીધે અને ખુબીય ગહિશીતલાનો ઉપાયે કેમ લગાડવા તેના અજાણપણને લીધે સહીયેડનો રોગ પંથરાયા કીધો; જોકે કેટલાંએક તેનો ફાયદો સમજતાં હતાં પણ આલસાઈને લીધે હીલ રાખીયાથી એ બુરો મરજ લાગુ પડતો હતો; વધી કેટલાંએક એમ સમજતાં હતાં કે ગહિશીતલાની રસી મુકી એટલે સઘળું પુરું થયું, અને જરૂર ગહિશીતલા મુકાવીયા છતાં જોરમાં સહીયેડ આવતા તારે તેઓ એ ઉપાયેની સાંભણે પોકાર ઉઠા.

વતાં હતાં, છેલ્લે યુરોપ દેશના કેટલાંએક રાજાની સરકારે જારે જોયું કે લોકોના અંજાણપણાને લીધે ગભી શીતલાનો ઉપાયે બરાબર ચાલી શકતો નથી; અને એ ઉપાયે વગર સહીયેડનો રોગ ફર પાણુ થઈ શકે નહીં, તારે તેઓએ ધારા પસાર કીધાં અને લોકોને જ્યારદસતીથી બચાંને ગભીશીતલા મુકવાની ફરજ પાડી. એમ કીધાથી જોકે ઘણો પોકાર તથા શોહાર ઉઠી રહેયો હોતો, પણ તેની તે સરકારે કાંઈ દરકાર કીધી નહીં અને પોતાનું કામ વગર ઢીલે ચલાવતા ગયા; અને જણાવવાને ખુશી લાગેછે, કે આજે જરમની, ડેનમારક, ઇટલી, પરશીયા, અને બીજાં યુરોપના દેશોમાં એ યુરો મરજ તદ્દન નાબુદ થયોછે અને એવો એક શખસ નજરે નહીં પડશે કે જોના મોહોડાં ઉપર આંધાં દેખાયે. જારે યુરોપના મોટા ભાગ ઉપર તેનો પુરતો લાભ લેવા લાગ્યા, તારે ઇંગલંડ કે જે દેશથી પેહેલાં એ ઉપાયે જાહેર પડીયો, તેજ દેશ એ બાબદમાં ઘણું પછાત રહી ગયું. ઇ. સ. ૧૮૫૪ માં પેહેલવેહેલાં ગભીશીતલા મુકવાની ફરજ બાબે ધારા પસાર થયા, પણ તે વલી એવી અધુરી હાલતમાં બનાવીયા કે જોકે હાલત જરા સુધરી પણ મનમાંગતો ફાયદો થયો નહીં. ૧૮૫૪ ની આં ગમજ જારે ગભીશીતલા મુકવાની ફરજ્યાંત વીશે કાંઈ ધારા નહીં પસાર થયા હતા તારે ગરેટ બરીટનમાં દર દશ લાખ માણસે ૩૦૪ એ રોગથી મરણ થતાં હતાં; જારે અધુરા ધારા બાંધવામાં આવીયા તારે ૧૮૫૪ થી ૧૮૬૫ લગી ૧૦૯ થયાં હતાં. ૧૮૬૧ માં લાનસેટના રીપોર્ટ ઉપરથી માલમ પડેછે કે જોને સહીયેડ આવેછે તે માહેના દર પાંચ અથવા છ છોકરાંમાં એક છોકરું મરણ પામેછે. જે લોકોને સહીયેડની રસીથી શીતલા મુકેછે તેઓમાં દર પચાસ છોકરાંએ એક છોકરું મરણ પામેછે. રૂશીયા દેશમાં એક વરસમાં ૨૦ લાખ માણસ એ રોગથી મરણ પામીયાં હતાં. કોનસ્ટાનટીનાપલ શહેરમાં જે લોકોને શીતલા આવતા હતા તે માહેના અરધાંઅરધ મરણ પામીયાં હતાં. આંધરાં લોકોને રાખવાની અસાધ્યમમાં ખબર કાહાડતાં માલમ પડેછે, કે નજદીક પોણા ભાગ સહીયેડના રોગમાં આંધલા થયા હતા. લંડનની સહીયેડની હાસપીટલના ઉપરી મી૦ મારસન જણાવેછે કે જે છોકરાંએ ગભીશીતલા નહીં મુકીયા હતા તેઓમાં દર હજારે ૭૦ મરણ થયાં હતાં. જે લોકોને ગભીશીતલા મુકેલા હતા તેઓમાં દર હજારે માત્રે પાંચ મરણ થ

યાં હતાં; જાહેર ઇસકોલોમાં જબર કાઢાડતાં નબદીક સેંકડે ૧૩ છોકરાંઓને ગઈશીતલા કાઢાડેલા નહીં હતાં.

જારે ઈંગલંડે જોયું કે એવા અછા ઉપાયેના લાલ બાહેરનાં લોકો લેઈ મુકા અને હજુર તેઓ આલસુ પડી રહેયાછે; અને તે મોહોટી શરમની વાત સમજીને ૧૮૬૬ માં ફરીથી જબરદસ્તીનાં ધારા પસાર કીધા અને હાલ તેનો લાલ લોકોને અછો મલેછે અને તેથી ઘણો ફાયદો નજરે પડેછે.

હીંદુસથાનમાં ગઈ શીતલાનું કામ ઘણા વરસ થયાં ચાલેછે. હીંદુ લોકો અસલનાં વખતથી સહીયેડને અટકાવા ઉપાયે કામે લગાડતા હતા; એ ઉપાયે એવો હતો કે ગઈ શીતલાની માફક તેઓ સહીયેડ આવેલા બચાં માહેથી રસી લેઈને નસતર વતી બીજાં છોકરાંઓમાં મુકતા હતા. પણ તેથી એવું બનતું હતું, કે જે બચાંને સહીયેડ મુકતા હતા તેઓ બંચી જતાં હતાં, પણ મોટો ઘેરફાયેદો એ થતો હતો કે ગામમાં સહીયેડનું જોર દશ ઘણે વધારે વધી જતું હતું અને જે બચાંને તે વખતે સહીયેડ નહીં મુકતા હતા, તેઓ ઉપર સહીયેડનો રોગ ઘણા જોરથી ગલબો કરતો હતો. એ ઉપાયે હીંદુસથાન માહેથી યુરોપમાં લાગુ પડીયો હતો; પણ જારે તેઓએ જોયું કે જોકે એથી થોડાં ફાયદો થાયછે પણ બીજા હજારો લખોને ઘેરફાયેદા થાયછે તારે તે ઉપાયે કામે નહીં લગાડે એવા ધારા પસાર કીધા; અને જે લોકો એવા ઉપાયે કામે લગાડતા હતા તેઓને સખત શીક્ષા કરવામાં આવતી હતી. જારે ઈંગરેજે હીંદુસથાનમાં આવીયા, તારે ગઈ શીતલાનો ઉપાયે દાખલ કીધો અને જે લોકો સહીયેડની રસી મુકતા હતા તેઓને તે ઉપાયે કામે લગાડવાને મના કીધા; અને ધારા પસાર કરીને તેનો અટકાવ કીધો. જોકે ગઈ શીતલાનો ઘણા લોકો લાલ લેછે, અને સરકાર જાતે ખરચ કરીને શેહેરે શેહેર, અને ગામે ગામે એમેર ગઈ શીતલા કાઢાડનારા મોકલેછે, તોયપણ સહીયેડથી પુશકલ મરણો થતાં જાયેછે. મુંબઈ શેહેરમાં જોકે દરરોજ જુદે જુદે ઠેકાણે ગઈશીતલા કાઢાડવામાં આવેછે અને પુશકલ લોકોને કુસલાવીને મુકવામાં આવેછે, તોય પણ તેથી કાંઈ મન માનતો ફાયદો થતો નથી; અને આપણી હુમેશની દંયાલુ સરકાર એવો ધારો પસાર કરવા માંગેછે કે ગઈ શીતલા મુકવાને લોકોને જબરદસ્તી પાડવી; અને તે ઉપરથી આપણા શેહેરનો “બામબે આસોસીયેશન” ની

એ વીશે સલાહ માંગી, કે એ જામરદસતીનો ધારો પસાર કરવો ઠીક છે કે નહીં. તે ઉપરથી એ આસોશીયેશને એક ઘણોજ વગર વીચારવે રીપોર્ટ કીધોછે; જીવો, તેઓ શું લખેછે:— “માનેજીંગ કમીટી આ અગતની બાબદ ઉપર ઘણું ઘેયાન પોહોંઆડીયા પછી એવું મત બાંધેછે, કે મુંબઈ શેહેરમાં ગઢ શીતલા જામરદસતીથી મુકવા એ દાહાપણનું કામ નથી; કાંયેકે રદ્યેતના છુટાપણાની વચે આવીયાથી લોકોમાં સામજી થવાનો જોસો ઉતપણ થશે અને તેથી નાખુશી અને અસંતોશી પેદા થશે; અને જે પીડા ઉતપણ થશે તે સાથે સરખાવતાં જે ફાયદો થવાની આશાછે તે બરાબર ઉતરી શકશે નહીં.” શું કાબેલ શખસોના અજાએબ વીચારોછે! ગઢ શીતલાના ફાયદા શુંછે તે એ મંડલી કાંઈ પણ સમજતી નથી, નહીંતો કદી પણ એવો વીચાર આપતેજ નહીં, અને રદ્યેતનું છુટાપણ શુંછે તે પણ તે સમજ નથી. આગલ બરાહમણ લોકો ગઢશીતલાને બદલે સહીયેડની રસી મુકતા હતા; તે કાંમ તેઓ મોટી કીરીયાથી કરતા હતા; તેનો અટકાવ સરકારે કીધો તે જીલમ થયો કે? સતીનો નાશ કીધો કે જે હીંદુ લોકો મોટું ધરમનું કાંમ સમજતા હતા, તે જીલમ થયો કે? અને એવાંજ બીજાં ધરમ સંબંધી કામનો અટકાવ કીધો તે શું રદ્યેતના છુટાપણાની આડે આવીયું કે? સઘલા સમજી માણસો એ કામોને હમેશાં સુલ કેહેતા આવીયાછે; પણ અનઘડ લોકોજ તેને જીલમ કેહેછે. જારે હીંદુ લોકો સહીયેડની રસી મુકવાને અડચણ નહીં કરે, તારે ગઢશીતલા મુકવાની કાંયે અડચણ લે તે સમજ પડી શકતી નથી; અને એક શુભ કામ જામરદસતીથી ચલાવીયું તેમા રદ્યેતના હુક તથા છુટાપણાને શું અડચણ થઈ. બામબે આસોશીયેશનનો એ વીચાર તદ્દન નાપાએછે અને સરકારે તેઓ વીશે શું મત બાંધીયું હશે તે તેઓજ વીચારી લે. જે બાબદની સમજ નહીં હોયેતો પુશકલ પુછપરછ કરીને વીચાર આપવો દરસતછે; આપણા દેશી મેડીકલ ગરાડીયુએટોની કાંઈ ખોટ નથી; તેઓના વીચારો લેઈને મત આપતે અને તે જો સરકારની વીરુદ્ધ હોતે તોયપણ તેનું થોડું પણ વજન ગણાતે. વલી એ મંડલી દાહી થઈને સરકારને સલાહ આપેછે, કે “સરકારની મતલબ જામરદસતી કરતાં હુસલાવીયાથી વધારે અછી રીતે પાર પડશે; મંડલીનો એ

વો વીચારછે કે જે ગઢશીતલાની રસીના પુરતો નથો રાખીયાથી, પુશકલ ગઢશીતલા કાહાડનારા કામે લગાડીયાથી, અને લોકોને ઘર નધને બચાંચોને ગઢશીતલા મુકવાને તેઓને સીખવીયાથી; અને ગ ઢશીતલા કાહાડનારાઓને તથા ગરાંટ મેડીકલ કાલેજના ગરાડીયુએ ટોને અરજ કીધાથી કે સઘલી કોમના લોકોને ગઢશીતલાથી કેટલો ફા યેદો થાયછે તે સમજવાની કોશેશ કરવી, એમ કીધાથી હલકે વાઘેના લોકોની અડચણ અને છીટ સેહેલથી પાર કરી શકાશે અને તેથી ધા રાની જરૂર દુર થશે.” ઠીક સલાહ; જારે સરકાર આટલાં આટલાં વ રસ થયાં પોતાનું કામ વગર નખરદસતીએ ચલાવતી આવી; જારે ગા મેગામ એમેર તેના કાયેદાઓ સમજાવીયા એટલુંજ નહી પણ કરી ખતલાવીયા, અને છેલે જરૂર પડી કે હવે વખત નથી રહેયો કે હજુર લગી લોકોની છીટ અને વેહેમને તાબે રેહેવું; જારે જોયું કે અનઘ ડ લોકોની પીડા બીજાઓને આડે આવેછે અને તેનો હવે પુરતો બંદોબસત કરવો જોઈયે; તારે એ મંડલી હજુર વધારે એ વીશેની કો શેશ કરવા કેહેછે; જારે આખા યુરોપના સમજી લોકોમાં પણ નખરદ સતીના ધારો પસાર કરવાની જરૂર પડી, તારે એ મંડલી અનઘડ લો કોને કુસલાવાની વેતરણીની વાર જોયેછે. હીંદુસથાનના લોકો કરતાં યુરોપના લોકો પોતાના હક તથા છુટાપણું શુંછે તે વધારે સમજેછે અને તાંહાં તેઓ ખુશીથી તાબે થયાછે, તારે હીંદુસથાનના એ બાબદ વીશે હક તથા છુટાપણું વીશે બોલવું તદ્દન વખતથી દુરછે.

હવે હાલ જે રીતે મુંબઈમાં શીતલાનું કામ ચાલેછે તેનો એક ન જરે જોયેલો ચીતાર આપીયે. હમેશાં જે કીસમના માણસો જોવામાં આવેછે; એક સમજી અને બીજો અનઘડ. હવે મુંબઈમાં સમજી થોડાછે, પણ અનઘડ ઘણાછે. સમજી લોકો જાણેછે કે ગઢશીતલા મુકવાને કાંઈ સરકારની નખરદસતી નથી, તોય પણ તેઓ તેના કાયેદા પુરતી રીતે સમજેછે અને ગઢશીતલા મુકવાને ખંતી રેહેછે. પણ તે ઓ કદી પણ પોતાના બચાં માહેથી રસી આપતાં નથી; જોકે તેઓ સમ જેછે કે રસી આપીયામાં કાંઈ બચાંને અડચણ થતી નથી, તોય પણ પો તાનાં વાહાલાં બચાંને એટલી પણ શા માટે ઈજા આપે, તેથી રસી આ પવાને ના પાડેછે; અને જે તેઓને કેહેવામાં આવેછે કે જે એ પર માણે તમે રસી આપવાને ના પાડો તારે ગઢશીતલાનો ફેલાવો તે કેમ

થાયે અંને તમારાં બચાંને પણ રસી કાઢાંથી મલતે; તારે તેનો નવાબ તમો પાસે કાંઈ નથી પણ તેઓ સરમાઈને મુગા રહેછે; અંને જો ન રા વધારે બોહોસ કરવામાં આવેછેતો ગઢીશીતલા કાહાડનારને પોતા ને તાંહાં બોલાવીને ગઢીશીતલા મુકાવેછે અંને ગરીબ લોકોની રસી જાણે ખરીદ કરેછે. હવે ગરીબ લોકો કે જે વલો અનઘડ હાથેછે તેઓ પોતાનાં બચાંને ગઢીશીતલાં મુકાવા શી રીતે લાવેછે તે જુવો. તેઓને તાંહાં ગઢીશીતલા કાહાડનારા જાયેછે અંને તેઓને પેહલાં કુસ લાવેછે અંને જરે તેથી વલતું નથી તારે ધમકી આપેછે, કે સરકાર તરફથી જરથી ગઢીશીતલા કાહાડવાનો તેઓને હાંકમછે. બીચારાં ગરીબ સરકારનું નામ સાંભળીને બીહીછે અંને કાંઈ અડચણ લેતાં નથી પણ મુગે મોહોડે તાબે થાયેછે. તેઓનાં બચાંને સટેશન ઉપર લાવીને ગઢીશીતલાં કાહાડેછે અંને સાતમે દાહાડે તે બચાંને પાછાં કુસલાવીને અથવા ધમકી આપીને રસી લેવાને માટે અંને બીજાં બચાંને ગઢીશીતલા મુકવાને માટે ઘસડી લાવેછે. ગઢીશીતલા કાહાડનારો તેઓ ઉપર કાંઈ પણ દયા લાવતો નથી પણ જેમ બનેછે તેમ બચાં માટેથી રસી કાહાડેછે અંને તે વખતે જે સોહાર અંને રદન થાયેછે તેનો કાંઈ પાર નથી. તેઓના મનમાં એક એવો ખાટો વીચાર છેકે બચાં માટેથી રસી લીધાથી બચું મરી જાયેછે. ઘણાં જાણને ખબર પડે છે કે તેઓનાં બચાં માટેથી રસી કાહાડશે તેથી બીહીને કુલાઓ ફોફી નાખેછે અંને તેમાં ધુલ જરેછે. કેટલાંએક લોકો પોતાના બચાંને છુપાવેછે અથવા શેહરની બાહર મોકલી દેછે. એ પરંખાણે હાલ મુબઈમાં ગઢીશીતલાનું કામ ચાલેછે.

હવે જો ગઢીશીતલા મુકવાને લોકો ઉપર જબરદસ્તી કરવામાં આવે, તો દરેક બચાં પોતાની મેલે વગર મેહનતે ચાલી આવે; અંને જરે દરેક છોકરાંઓના કુલા માટેથી રસી આપવાની પણ ફરજ પાડેતો કાંઈ પણ અવગુણ થયા વગર મેહનમાં પુશકલ રસી મલી આવે, અંને હાલ જે એક બચાં માટેથી સઘલી રસી કાહાડવામાં આવેછે અંને તેથી જ તેને પીડા થાયેછે તે મટી જાયે.

એ જબરદસ્તી ધારો પસાર કરીયા આગમજ શેહરમાં જટલાં બચાંનો જનમ થાયે તેની નોધ રાખવાની જરૂરછે; કાંયકે તે વગર ગઢીશીતલાનું કામ કદી પણ ચાલી શકે નહી; અંને તેથી દેખઈતી બે મ

તલબ પુરી પડશે; એકતો જનમની ગણતરી બરાબર નોધાશે અને બીજું બચું તરણ અથવા છ મહીનાનું થયું એટલે તેને ગઝીશીતલા કાહાડીયા વગર રહેવાશે નહીં. એ પરમાણે આસતે આસતે એ બુરા મરજનું જોર નરમ પડશે અને છેલ્લે થોડાં વરસમાં એવો દાહાડો આવશે કે જોરે સહીયેડ તદ્દન નાબુદ થશે.

પણ ગઝીશીતલા કાહાડવાનો નખરદસત ધારો મુંબઈ શેહરમાં જામાટે અટકવો જોઈએ. કાંયે નહીં એ ધારો આખા હીંદુસ્થાનને માટે હોવો જોઈએ. શું મુંબઈ શેહરના લોકોની જાંઘળી બીજાં ગામડાંઓના રહેવાસીઓથી વધારે કીમતી છે ? શું મુંબઈ શેહરમાં પેહેલાં વધારે નખરદસતી થઈ શકાયે ? અથવા શું મુંબઈના લોકો કોઈ અનધડ નથી ? અને એક શેહરમાં એ ઉપાયે કીધાથી શું ફાયદો થવાનો ? મુંબઈ જોવા શેહરમાં દરરોજ લોકો બાહર ગામથી આવેછે; અને જો તેઓને ગઝીશીતલા કાહાડીયા નહીં હોયેતો તેઓ હાલ જન્મ સહીયેડના રોગનો ફેલાવો કરેછે તેમ તારે પણ કરશે; ફાયદો એટલો જ થાય કે થોડાં એક નસીબવાલાં બચાં એ રોગથી બંચી જાયે; બાકી જન્મ એ રોગ હાલ ચાલેછે તેમ વગર ઢીલે ચાલીયા કરશે તેમાં કાંઈ શક નથી. એટલા માટે જરૂર છે કે એ ધારો આખા હીંદુસ્થાન ઉપર લાગુ પાડવો. શું સંતી નાબુદ થઈ તારે પેહેલાં મોટાં શેહરોને લગતા માતરે જ ધારા પસાર કીધા હતા કે ? અને સતીથી દર વરસે આખા હીંદુસ્થાનમાં કેટલા જન નતા હતા. અલબત્ત, જોરે સહીયેડના રોગ સાથે સરખાવીયેતો તે કાંઈ કુચ નથી; અને તોયપણ સરકારે તેમાં આખા હીંદુસ્થાનમાં નખરદસતી ચલાવી; અને ગઝીશીતલાનો નખરદસત હાથ કોંયે નહીં આખા હીંદુસ્થાનમાં ચલાવે. કોઈ કેહેશે કે પેહેલાં તે મુંબઈમાં કેમ ચાલેછે તે તપાસી જોઈએ. જાંહાં લખોના જનમની વાત આવી તારે હવે તપાસ કરવાની શી જરૂર છે. એમ જો હોયેતો આપણી સરકાર ખરેખર નબલી કેહેવાયે; પણ આપણને હમેશા અપલા મલતા આવીયાછે કે જોરે સરકાર લોકોનું ભલું કરવા ચાહેછે, તારે તેઓની છીટ એકકોરે મુકીને નખરદસતીથી પોતાનું કામ કરેછે. હાલ જટલી નુકસાની મુંબઈ આસોશીયેશને લોકોના હકમાં કીધી છે તેટલી કદાચન તેઓના ખેયાલમાં હશે. પણ હવે તેઓએ જલ દીધી પોતાની ભુલ સમારવી જરૂર છે; નહીંતો તેઓના કામ ઉપર એ કે દાખ રહી જશે.

બચાંની તનદરોસતી.

બચાંના બાંધાના રાનની નર.

શીરીનબાઈ અને સાવકશા હુમેશની મીસાલે ડાકટરની રાહા ને તાં બેઠાં છે અને વાતો કરે છે, કે તે દાહાડે ડાકટર સાહેબે સમજાવીયું તેમ કેટલાં બચાં માંએ તથા દાઈના અંજાણપણને લીધે વગર મોહો તે મરણ પામતાં હશે; બચું રડે નહીતો શું ઉપાયો કરવા તે વીશે ડાકટરે કહીયું તેમ કેઈ દાઈ કરે છે અને સમજું સીખેલી દાઈની કેટલી નર છે તથા સઘલી ઓરતોને બચાંના બાંધા વીશે રાન હોવું નોંધયે, એવી વાતો કરે છે; એટલામાં ડાકટર આવી લાગા.

સા. શી. — ડાકટર સાહેબ આવો છો.

ડા. — સાહેબજી; કેમ બેઠેન, સારી પેઠેતો ખરાં.

શી. — ખુશ ખબર; તમે આવવાના હોવો છો તારે તમે ગયે વખતે જે સમજાવી ગયા તે વીશે હુમે વાતો કરીયેછ; અને આજે વીચાર માં હતાં, કે ડાકટર સાહેબ હજુર બચાંના બાંધા વીશે શું સમજાવાના હશે.

ડા. — ગયે વખતે તમને સમજાવીયું હતું કે બચું રડે છે, તે બાંએ તેના ભલાને માટે કીધું છે. ને બચું રડે નહીતો દમ લેવાઈ શકાયે નહી અને તેથી ફેફસાંમાં હવા નઈ શકે નહી, અને તેથી લોહીનું ફરવું તરત બંધ થઈ જાયે છે અને જાન કબજ થાયે છે. બચાંની આમડી બાંએ એટલીતો નાજુક કીધી છે અને તે ઉપર રાન તંતુઓ એટલીતો ફરી વલેલી છે, કે જરા પણ ગરમી અથવા થંડી લાગાથી, જરા પણ દબાન થયાથી, બચાં ઉપર અસર થાયે છે અને બચું રડે છે. ને આમડી એટલી નાજુક હોતે નહીતો બચાં ઉપર તરેહવાર કુખો ફરી વલતે અને તેની તરત કાંઈ પણ નીશાની ખાલમ પડતે નહી. પણ વલી જમ બચાંની આમડી એટલી નાજુક કીધી છે અને નરવની ખાર ફતે ભેજાં ઉપર હરેક ચીજની નલદી અસર થાયે છે, અને તે જમ બચાંના કાયેદાને માટે કીધું છે, તેમ બીજા હાથ ઉપર એજ નાજુકાઈને લીધે અને ભેજાં ઉપર નલદીથી અસરની ખુબીને લીધે બચું જરા જરામાં ધાસતીમાં આવી પડે છે. બચાંને સેહેજ પણ કારણને લીધે નલદીથી ભેજાંના દરદ અને ઉપલીયું થઈ આવે છે અને તેનું જોર એટલું

તો વધી પડેછે કે ઘણી વેલા તેનો ઉપાયે આપણા હાથમાં નથી રહેતો. જમકે એક દાખલો આપું. ઇંગરેજ લોકો બચાંના પોશાકમાં તાંચણી ઘણી વાપડેછે; હવે એક દાઢ્યે બચાંને પેહેરાવી હોરાવી તાંચણી એ જોશીને તેને સોભાણુ સાભાણુ કરીને સુવાડીયું, થોડા વારમાં તેને ઉપલીયું થઈ આવીયું; તેની ઉપર તરેહવાર ઉપાયો કીધા, પણ કાંઈ વલીયું નહી. તેના પોશાક કાહાડતી વખતે માલમ પડીયું કે એક તાંચણી તેની ચામડીમાં ભોકાયેલી હતી; તે કાહાડી નાખીયા પછી બચું થોડા વારમાં પાછું હુશીયાર થયું. જો ઉપલીયાનું કારણ તરત માલમ પડતે નહીતો બચીતથી બચું કમોહોતે મરણ પામતે. વલી જારે બચાંના પેટમાં કરમ હોયેછે, અથવા તેને અજીરણ થયું હોયેછે, અથવા તેના દાંત કુટતા હોયેછે તારે તેની અસર જલદીથી થઈ આવેછે; એવી હરકતમાં ઉપલીયું અને ભેજાંના દરદો લાગુ પડેછે અને એથી ઘણાં મરણો નીપજેછે.

શી૦—હવે મને સમજ પડેછે. ડાકટર વાડ તમને યાદછે; મેં ઘણું થયું તમને એક વખત સવાલ કીધો હતો કે મોટાં માણસને કરમ થાયેછે, તારે તેનેતો બચાંની મીસાલે ઉપલીયું થતું નથી; અને તે વખતે તમે મને સમજ આપી હતી; પણ હું તદ્દન વીસરી ગઈ હતી; હવે મને એનું કારણ બરાબર સમજ આવેછે. બચાંમાં નરવની મારફતે ભેજાં ઉપર જલદીથી અસર થાયેછે; પણ તેવું મોહોટાં માણસમાં થતું નથી; અને તેથી એકજ કારણની અસર, જારે બચાં ઉપર ધાસતી ભરેલી થાયેછે, તારે મોટાં માણસ ઉપર કાંઈ થતી નથી.

૬૧૦—બરાબરછે; અને એ બાબદમાં બચાંનો બાંધો મોટા માણસથી ફરક રાખેછે; અને તે ફરકમાં તે કીરતારનું દાહાપણ માલમ પડેછે. એ ઉપરથી તમને સમજ પડી હશે કે જીવું બચું જનમીયું તેવું પેહેલાં તેની ચામડી ઉપર હવા લાગાથી તેની નરવની મારફતે ભેજાં ઉપર અસર થાયેછે અને તેથી તરત છાતી ખોલી થાયેછે અને ફેફસામાં હવા જાયેછે. લોહીતો ઘરભસથાનમાં પણ બચાંના બદનમાં ફરતું રહેછે; અને તેને ફરતું જારી રાખવાને માટે હવાની જરૂરછે. ઘરભસથાનમાં માએનું લોહી ફરતું રહેછે; પણ જીવું બચું જનમેછે, એટલે તે સંબંધ તુટી જાયેછે; લોહી બદનમાં ફરીયાથી બીગડેછે અને તેને પાછું ચોખું કરવાને માટે હવાની જરૂરછે. બચાંની છાતી સાંકડી

હોવાથી તેનું દીલ અને ફેફસું નાહાનું હોય છે અને તેથી કરીને લોહી જલદીથી ચોખું થવાને માટે દીલને અને ફેફસાંને વધારે મેહેનત કરવી પડે છે; અને એટલા માટે બચાની નાડી એક મીનીટમાં ૧૨૦ થી તે ૧૩૦ વખત ચાલે છે. જેમ બચું મોટું થાય છે તેમ છાતી પણ મોહોટી થાય છે; દીલ અને ફેફસાંને કોશાદે જગા મળે છે; અને તેથી વ્યાસતે વ્યાસતે દીલ તથા ફેફસાંની મેહેનત નરમ પડે છે; અને તેથી મોટા માણસમાં નાડીનું જેર એક મીનીટમાં ૬૫ થી તે ૭૫ લગીથી વધારે થતું નથી. એજ કારણને માટે બચામાં જેમ નાડી જહડકથી ચાલે છે તેમ તેનો દમ પણ વધારે જલદીથી ચાલે છે. એટલા ઉપરથી બચાની નાડીની જહડક જોઈને એમ નહીં સમજવું કે તેને તાપની વ્યસર છે. વલી બચાના નાજુક ફેફસાં ઉપર, જો હવા ખરાબ હોય છે, તો જલદીથી ખરાબ વ્યસર થાય છે. એટલા માટે નાહાના બચાને જેમ બને તેમ ચોખી અને ખોલી હવાની ઘણી જરૂર છે. જે ખરાબ તથા ગલીચ હવામાં કદાચ મોટું માણસ વગર અડચણે રહી શકે, તેવી હવામાં બચા ઉપર માંડી વ્યસર થાય છે. એજ કારણને માટે કેટલાંએક દરદોમાં બચાને હવા ફેરબદલ કરવાથી જલદીથી ફરક પડી જાય છે.

શી૦—તારે બચામાં જરા પણ તાપ હોવાથી નાડીની જહડક વધી પડતી હશે.

દી૦—તાપમાં નાડી એટલીતો જહડકથી ચાલે છે કે કોઈ વેલા તેને ગણવી મુશકેલ પડે છે, અને એવે વખતે ફેફસાં પણ એટલાં જહડકથી મેહેનત કરે છે કે જાણે બચું હાંફતું હોયે એવું લાગે છે; પણ તેને તે વખતે ખરેખર ફેફસાંનું દરદ નહીં હોતું.

દી૦—તારે તમારા સમજાવીયા પરમાણે બચાના જતન પછી તેના બાંધામાં તરણ મોટા ફેરફાર થાય છે. પેહેલાં, તેની નરવ ઉપર વ્યસર થાય છે અને તેથી તે રહે છે; બીજું, રડીયાથી તેના ફેફસાંમાં હવા જાય છે અને તરીજી હવા જયાથી લોહીનું ફરવું ચાલુ રહે છે.

દી૦—હા, એ ઘણા અગતના ફેરફાર છે, પણ એ વતરોગે બચાના બદનની ગરમી સચવાવી જોઈયે; નહીંતો બચું કદી પણ જીવી શકે નહીં. કુદરતે માણસના બદનમાં એક શક્તી મેલી છે કે જ્યોત તે પોતે જાતે પોતાનાં બદનમાં ગરમી પેદા કરી શકે છે અને બાહરની હવાની ગરમી ગમે તેવી હોય, તે ગમેતો બરફ જેવી થંડી હોયે અથવા

ભથી જેવી ગરમ હોયે, પણ માણસ પોતે પોતાના બદનની ગરમી સમ તોલ રાખી શકેછે; એટલે ગમે તેવા સરડ અથવા ગરમ મુલુકમાં બદનની ગરમી હટ દીગરીથી વધુ અથવા ઓછી થતી નથી; જો એમાં વધ તથા ઘટ થાય, તો માણસ જીવી શકે નહીં. પણ માણસ બદનમાં ગરમી પેદા કરવાને માટે ખોરાક ખાયેછે; જો ખોરાક પુરો પડતો નથી તો બદન જલદીથી થંડું પડી જાયેછે અને તેથી જીવાઈ શકાતું નથી. હવે જો પુરતા ખોરાક સાથે લોહી અછી રીતે ફરતું રહે અને ફેફસાંમાં ઓખી પુરતી હવા જાયેતો બદનની ગરમી સમતોલ જલવાઈ શકાયેછે. જે બચાંની છાતી સાંકડી હોયેછે અને ફેફસાં નાહાનાં હોયેછે, અથવા ફેફસાં મોટાં હોવા છતાં ગલોચ હવાનો દમ લેવો પડેછે, અથવા ખોરાક પુરતો મલી શકતો નથી અથવા પુરતો ખોરાક હોવા છતાં હોજરીની હાલત ખરાબ હોયે અને જરપત થઈ શકે નહીંતો, બદનની ગરમી સમવાઈ શકતી નથી. બચાંના બદનના ભાગો પુર જોરમાં નહીં હોતા, તેથી બચું વારેઘડીએ એ વીશેની ધાસતીમાં આવી પડેછે અને એટલા માટે બચાંના બદનની ગરમી ઉપર વધારે ધ્યાન આપવું જરૂર છે.

શી૦—તમે કહોછો તે ખરી વાત; આપણા પડોશીના એક છ મહીનાનો છોકરોછે; તે જનમથીજ કુબલોછે અને તેના હાથ પગ જરે જોઈયે તારે થંડા માલમ પડેછે. હવે એ હાથ પગ થંડા રહેવાનું કારણ હું બરાબર સમજી.

૬૧૦—બચાંમાં મોટા માણસ જેટલી ગરમી સામવવાની શક્તી નથી અને જમ ખંખી તથા બીજાં જનવરો પોતાનાં બચાંને પોતાની ગોદમાં રાખેછે તેમ નાહાનાં બચાંને પણ માએના ગોદમાંજ રાખવાની જરૂર છે; અને જે બચું અધુરા મહીનાનું હોયે તેનેતો માએ કદી પણ પોતાની ગોદમાહેથી છોરવું નહીં; તેને પોતાની ગોદમાંજ લેઈને સુવું જરૂર છે.

વલી બચાંનો ખોરાક માએના કુધ સીવાએ બીજો કાંઈ નથી; તેનું જડ્યુ નાહાનું હોયેછે, તેના મોહોડાંમાં કાંઈ દાંત નથી, તેનામાં ચાવવાની શક્તી નથી, અને તેથી તેનો ખોરાક પાણી સરખોછે, ઘટ ખોરાક તેને લાયક નથી. તેની હોજરી અને આંતરડાં નાહાના હોયેછે અને તેટલા માટે ખોરાક વારેઘડીએ અને થોડો થોડો

લેવો પડેછે. બચાંનું કલેજું વલી તેના કદ કરતાં મોટું હોયેછે; અને તેમાં એક મતલબ જલવાયેછે; બચાંના ફેંફસાં નાહાના હોયેછે અને તેથી લોહીમાહેથી સઘલી ગલીચી દુર થઈ શકતી નથી; અને કલેજું મોટું હોવાથી એ ખુટ પુરી પડેછે; કલેજાંમાહેથી પુશકલ પીત નીકલે છે અને તેથી બચાંનો જાહાડો લીલો હોયેછે અને દીવસમાં વારેઘડીએ અને પતલો પસાર થાયેછે.

શી૦—તમે કહોછો તે ખરી વાત; હું હમેશ વીચારમાં હતી કે આપણા કરતાં બચાંનો જાહાડો એટલો પતલો અને વારેઘડીએ શા માટે થાયેછે; અને તેને હું દરદી હાલત સમજતી હતી; પણ હવે હું બરાબર સમજ કે એતો તેની કુદરતી હાલતછે. પણ વાડ, તમુને એ ક સવાલ પુછું; બચાંથી ચવાઈ શકાતું નથી તેતો ખરી વાતછે, પણ તેને આપણે મતનનો શેરવો ઘણોજ પતલો કરીને આપીયેતો તે કુધનું કામ કરી શકે કે નહી; તમે જાણોછો તો ખરા, કે કુધ કરતાં પણ શેરવો વધારે કુવતમંદછે.

ડા૦—શેરવો વધારે કુવતમંદછે, એટલે તે લોહીને ઉકાલેછે; એ વાં લોહીને ચોખું કરવાને માટે બચાંના ફેંફસાં કરતાં વધારે જોરાવર ફેંફસાંની જરૂરછે; એટલે શેરવાથી બનેલું લોહી બચાંથી નામોશ થઈ શકતું નથી; તેથી તાપ આવેછે અને બચું જીવી શકતું નથી. એ બાબદ ખુબ ધેયાનમાં રાખવા જરૂરછે; કાંયેકે ઘણી વેલા બચાંને જલદીથી ગરમ ખોરાક આપવામાં આવેછે અને તેથી વારેઘડીએ નુકસાની થાયેછે.

વલી જમ બચાંનો જાહાડો વારેઘડીએ થાયેછે તેમ પીશાબ પણ વારેઘડીએ થાયેછે; પણ તે દર વખતે થોડી હોયેછે; કાંયેકે બચાંનો કુકો ઘણો નાહાનો હોયેછે; અને તે વધારે પીશાબ રાખી શકતો નથી.

એ પરમાણુ મોટાં માણસના અને બચાંના બાંધામાં ફરક હોયેછે અને જો તે ઉપર ધેયાન નહી આપીયું હોયેતો કેટલી નુકસાની થાયે છે. હું ખચીતથી કહું છું કે કેટલાંએક કમોહોતના મરણ થાયેછે તે એ ખાતરી લીધે હોયેછે; અને દરેક માએને બચાંના બાંધાનું જ્ઞાન હોવું જોઈયે.

સા૦—મને એવું લાગેછે કે બચાંનો બાંધો સમજવાને માટે માણસે પોતાનો બાંધો કેવોછે તે સમજવો જોઈયે; તેનું જ્ઞાન લાએગે

હજારમાં એક જણને પણ હોયે; પણ તમે જે એટલી બધી મેહેનત લે
છોને ટુકમાં પણ વ્યછી રીતે 'બચાંના બાંધાતી બાબદ' સમજાવી તેથી
હમે તમારાં ખરેખર ઉપકારી થયાં છધયે.

તનદરોસતીને લગતી હીંદુઓની રીતભાંત.



(સાંધણ પાંને ૧૦૭ થી.)

પાણી.

માણસની જીંદગીની પેહેલી જરૂરીઆતોમાં પાણી ગણાયેછે અ
ને તે હવા તથા ઓરાકથી કાંઈ ઓછી અગતનું નથી. હીંદુસથાન
ના સઘલા લાગના રહેવાસીઓ પાણી, પીવાને ખાતર અથવા ઘરના
કામકાજ ભોગ એક બેહદ સુખાકારીનું મુલ કરીને હમેશાં ગણતા
આવેલાછે. પાણીની અગત અને ઉપયોગ એટલોતો વ્યછી રીતે તે
ઓ પીછાનતા આવીયાછે કે જાંહાંથી તે પુરું પડેછે, તેને ધરમ સાથે
મળ્યુત જોડી નાખીયુંછે. શાસતરમાં હીંદુસથાનની મુખીય નદી
ઓને બોદાઈ મુલ આપીયુંછે; તે નદીઓના પાણીમાં નાહાવાથી સ
ંઘલું પાપ દુર થાયેછે. હીમાલય પરવત માહેથી ગંગા, સરસવતી,
સીંધુ, મંદરભાગ, જમના, ઓધરાવતી, ગુમતી, ગંદકી, કશીકી, અવંતી,
અને બીજી ઘણી નદીઓ શીરૂ થાયેછે અને હીંદુની નજરમાં તેઓ સ
ઘલી પાક ગણાયેછે; પણ ગંગા અથવા ભાગરથી નદીની બરાબર કો
ઈ પણ ગણાતી નથી; તેના પાણી સઘલાં પાપને ઘોઈ નાખેછે અને
જીવને બેહેસતમાં મોકલેછે. એ નદીમાં નાહાતી વખતે એક બરા
હમણુ આ નીચે પરમાણુની સાધારણ બંદગી કરેછે:— “અરે ગંગા
નદી, તું બેહેસતનો દરવાજોછે; તું ધરમનો પાણીનો નકસોછે; તું શી
વના માંથા ઉપરનો ફુલનો હારછે; તારેથી મછી સુખીછે, પણ જે એ
ક રાજ તારેથી દુર હોયેછેતો તે દુખીછે.” શાસતરમાં એવું કહે
લુંછે કે એ નદીનાં પાણી ઓખાં અથવા નાપાક, સાફ અથવા ગદ
લાં, સુગંધાં અથવા વાસ મારતાં ગમે તેવાં હોયે, પણ તે પીધાથી મા

જાણસના જીવને હુમેશાંનું સુખ મલેછે. જો એક માણસને પીવાના પાણીમાં ગલીચી માલમ પડી અને તે જો પાણી ભાગરથી નદીનાં હોયે તો તે ગલીચી જુદી કાહાડીને ખુશ દીલથી પીવામાં કાંઈ ખણુ અડ અણુ કરવી નહીં. શાસતર પરમાણે તલાવ, કુવો તથા ટાંકીના પાણી પાક નથી અને તેથી ધરમના કામમાં આવી શકતાં નથી. જો રે ગંગા નદીના પાણી મલી નહીં આવે તારે એ પાણી પીવા તથા રાંધવા સીધવામાં વપડાયે, પણ તેને સાફ રાખવાને શાસતરમાં મોટી ફરજ જણાવીછે. મનુ કહી ગયોછે, કે એવાં પાણીમાં કોઈએ “પીશાબ, અથવા જાંહાડો, અથવા લબ્બ, અથવા કપડાં, અથવા હરેક બીજી ગલીચ થયેલી વસ્તુ અથવા લોહી અથવા હરેક કાંઈ જાતનું જીરું” તેમાં નાંખવું નહીં. જો હીંદુ લોકોના ધરમમાં ગંગા નદીનાં પાણીને એટલોબધો ધરમની પાકીજનો મરતબો આપી ગયોછે તારે કલકતાના હીંદુ લોકો પીવાને માટે કુવાના અથવા વરસાદના પાણી કરતાં એ નદીનાં પાણીને પસંદ કરે તેમાં કાંઈ ન વાંધ નથી. કલકતાના થોડાએક બાબુએ પોતાની પાડીના કુવાઓનું પાણી પીયેછે, પણ તેઓની સંખ્યા ઘણી થોડીછે. વસતીના મોહોટો ભાગ અને તેમાં મુખીય એરતો ગંગા નદીના પાણી સીવાએ બીજું કાંઈ પીતાં નથી. એટલા માટે એ પાણીની પાકીજ અથવા ગલીચી ઉપર કલકતાના દેશી રહેવાસીઓની તનદરોસતી ઘણો આધાર રાખેછે. પાણીમાં આરગાનીક અને બીજી ગલીચી તનદરોસતીને નુકસાનકારકછે, એ કાંઈ માતરે અટકલ નથી પણ અબ માયશ અને તપાસ ઉપરથી પુરતી રીતે સાબેત થયુંછે. જો ૧૮૫૩ અને ૫૪ માં લંડન શેહેરમાં કોલારાનો રોગ ફેલાતો હતો, તારે ન જદીક પાંચ લાખ માણસને પાણી પુરું પાડનારી બે કંપની હતી; તેમાં ૨૫૦૦૦ ઘરને એક કંપની અને ૪૦૦૦૦ ઘરને બીજી કંપની પાણી પોહોચાડતી હતી. એ બેઉના પાણીમાં એ ફરક હતો કે એક કંપની તેમસ નદીના ઉપલા ભાગ ઉપરથી પાણી લાવતા હતા કે જો હાં પાણી સાફ હતું; અને બીજી કંપની નદીના હેઠ્ઠલા ભાગ ઉપરથી લાવતા હતા કે જાંહાંના પાણી સાથે શેહેરનો કચરો ભેલાતો હતો. એ વરસોમાં કોલારાના રોગથી ૪૦૦૦ ઉપર મરણ થયાં હતાં. તપાસ કીધા ઉપરથી માલમ પડીયું કે એક ગમ દર ૧૦૦૦૦ માણસની

વસતીએ ૩૭ મરણ થયાં હતાં અને બીજી ગમ ૧૯૦ થયાં હતાં, એ રહે નનદીક ૩૫ ઘણા એકના કરતાં બીજામાં વધતાં થયાં હતાં. ૧૮૪૮—૪૯ માં જરે તાંહાં કોલારાનો રોગ ફેલાયો હતો અને જરે એકને એક જાતનું પાણી મલતું હતું તારે એક ગમના ઘરોમાં મરણ એકસરખાં થયાં હતાં. એ ઉપરથી કાંઈ શક રહ્યો નથી કે એ વધતાં મરણો એક તરફના પાણીમાં ફરકને લીધે હતાં.

તદન ચોખું પાણી મલતું મુશકેલ છે. પાણી ઉપર ગલીચી જ ની કરચોની આકૃતિ તરતાં અથવા પીગલેલી હાલતમાં માલમ પડીયા વગર રહેતી નથી. જરે પાણીનો જહરો નરમ જગામાં આવે છે, તારે રેતી અને મટોડીની જાતી કરચો સાથે લેઈ જાય છે અને જો તે જરથી વેહે છે તો મોટી ચીજો ઉપર તરતી થાય છે. જરે પાણી થમ થાય છે તારે એ કરચો હલવે હલવે નીચે બેસે છે. હિંદુસથાનમાં પાણી કાઢવ માટેથી સાફ કરવાની સાધારણ રીત તેમાં ફટકીનો એક ફટકો અથવા તીરમલી નાખીયાથી બને છે; એ ચીજો આરગાનીક વસતુને બાંધી રહે અને તેથી તે છુટી પડે છે. પાણીમાં પીગલેલી વસતુના મોહાટો જથ્થો ખારનો હોય છે; તેમાં મુખીય સોડા, પોટાશ, ચુનો, અને માગનીસીયાના ખારનો હોય છે. ઘણા સાધારણ ખાર સાધારણ ચાકનો હોય છે. ચાક ખોતે પાણીમાં કડી પીગલતો નથી, પણ જરે પાણીમાં કારબોનીક આર્સીડ હોય છે તારે તે પીગલેલો રહે છે. બીજો અગતનો ખાર સાધારણ નીમકનો છે; અને તેથી પાણી પીવા લાયક થતું નથી. ગંગા નદીના પાણીમાં ફરીયાની નનદીક હોવાથી નીમકનો મોટો ભાગ હોય છે. વરસના કેટલાએક મહીનામાં જરે ભરતીનું જર ઘણું હોય છે તારે પાણીમાં ખારનો ભાગ એટલોતો હોય છે કે તે હાલે લગાડી શકાતું નથી અને તોયપણ વરસની સઘલી રૂતુમાં તે પીવામાં આવે છે અને તેથી કલકત્તાના રહેવાસીઓની તનદ્રોસ તી બીગડીયા વગર રહે નહી. અને જરે કોલારાનો રોગ ફેલાયે છે તારે એ પાણીમાં પુશકલ ખાર હોય છે, તારે આ બુરા મરજનું મુલ ઘણું કરીને એ નદીના પાણીમાં એવો વીચાર મન્યુત થાય છે.

પણ સઘલી ગલીચીમાં સડથી નુકસાનકારક મુવેલી તથા જીવતી વનસપતી તથા જીવનું છે. જહરાના પાણીમાં જીવતી આરગાનીક વસતુ પુશકલ જથ્થામાં હોય છે અને તે ખોલી નજરે અથવા સુક્ષ્મ

દરશક યંતરથી માલમ પડેછે, પણ એનાં કરતાં મુવેલી ગંધાતી હાલત ની આરગનીક વસતુ વધારે નુકસાનકારક હોયેછે; અને તેનું મુલ શેહેરના કચરા અને કાદવ માહેથી હોયેછે.

જો કે આપણે એવાં ગલીચ પાણીની માણસના બદન ઉપર એ કસ અસર શું થાયેછે તે બરાબર કહી શકતા નથી, તોયપણ તે સવા દમાં એવુંતો ધીકારવા જોગ અને હોનરીને એટલીતો ઉબકમાં લાવે છે, કે એટલીજ વાત એવાં પાણીની ખરાબ હાલત સામેત કરી આપે છે. ગંગા નદીમાં કલકતા શેહેરનો કચરો પુજો નાખવાની રીત ઘણીજ ધીકારવા જોગછે. પાણી આપણી ઈંદરીઓનેજ અનગમતુંછે એટલુંજ નહી પણ તે માણસ તથા જનવરના જહાડા સાથે અને બીજી ગલીચી સાથે ભેલાયેલું હોયેછે, કે તે પીવાનાતો કામમાં રહેયું પણ તે નાહાવાના કામમાં પણ લાયક નથી. હું પકે પાયેથી કહી શકુંછું, કે દરરોજ ગંગા નદીમાં જાકસનનાં ઘાટ આગલ ૧૮૦ ટન માણસનો જહાડો નાખવામાં આવેછે, કે જથી કાસીપોર પાછનટ લગી પાણી બીગડેછે. જરે લોકો નદીનાં પાણી સીવાએ બીજું કંઈ પીતા નથી તારે શેહેરની મુધરાઈના અકાબરો તેમાં માણસનો જહાડો નાખેછે, એ ઘણુંક કમીનું કામછે. નદીનું પાણી વરસના ચોક્કસ મહીનામાં અને તેમાં ચોક્કસ જનેવારી મહીનામાં ગલીચીથી સાફ રહેછે. જ દેશીઓથી બની આવેછે તેઓ એ વખતે પાણી જથા બંદ પોતાના ઘરમાં ભરી રાખેછે. પણ પુશકલ લોકો દરરોજ નદી માહેથી પાણી વાપડેછે અને તેથી કોલારાના રોગની વખતે તે પાણી ઘણુંજ ગલીચ હોવાથી તેઓ ધાસતીમાં આવી પડેછે.

રાંધવા સીધવાના કામમાં દેશીઓ મુખીય કરીને કુવા અથવા તલાવનું પાણી વાપડેછે. પણ શેહેરના તલાવોની હાલત ઘણીજ માઠીછે; અને તે માહેનું પાણી મુવેલી આરગનીક વસતુથી એટલુંતો ગલીચ થાયેછે કે આપણો ખોરાક તેમાં બનાવવો સહીસલામત નથી. કોઈ વખતે આપણા પકાવેલા ખોરાકમાં તે ગલીચીનો ખરાબ વાસ તથા સવાદ આવેછે. એટલા માટે ઘણું જરૂરનુંછે કે સઘલા લોકોના અપને માટે શેહેરના જુદા જુદા ભાગોમાં તલાવોની પુરતી સંખ્યા સારી હાલતમાં રાખવી.



હંદગી એટલે શું ?

હંદગીની લંબાઈ.

આગલા આંકમાં જણાવીયું હતું કે “જે ચીજોમાં જીવ શક્તી હોય છે તે ‘આરગાનીક’ એટલે ઈંદ્રો વાલી અથવા જીવ વાલી વસ તુને નામે ઓલખાય છે.” હવે એ આરગાનીક ચીજોમાં જરે એ જીવશક્તી વગર અડચણે અને જોરથી કામ ચલાવે છે તારે તે હાલ તને હંદગી કરીને કેહે છે. જીવ એક શક્તી છે, પણ હંદગી એ શક્તીનો ચાલુ ઉપયોગ છે. એ શક્તી કામે લાગાથી તેનો તથા જીવતી ચીજના દરેક ભાગનો ચાલુ ખપ થાય છે અને તેટલા માટે હંદગી જરૂરી રાખવાને માટે બેઠતી ચાલુ પુરણી થવી જોઈયે. હંદગીને વારંવાર ડીએ એક બતી સાથે સરખાવામાં આવે છે; અને ખરેખર બેઠમાં એ કંઈ જાતનું કામ ચાલે છે. આપણામાં વગર અટકાવ થવે નાશ અને પેદાશ એ બે શક્તી ચાલુ મારામારીમાં રહે છે; અને આપણી હંદગીની દરેક પલ નાશ તથા નવી પેદાશનો એક અનબ જવો સંજોગ છે. જાંહાંલગી જીવ શક્તી પોતાનું કવત અને તાજાઈ રાખે છે તાંહાંસુધી આપણી જીવવાની અને નવી પેદાશની શક્તી બુલંદ રહે છે અને આ મારામારીમાં બંચાવ કરેલાં કરે છે; અને તે સાથે બદનતી પણ વરધી થાય છે અને પુરતી હાલતમાં આવે છે. આસતે આસતે એ બેઠ (નાશ અને નવી પેદાશની) શક્તી સમતોલ થાય છે; અને પુરણી તથા ખપ બેઠ એકસરખો થવાથી બદન એકજ હાલતમાં થોડી મુદત લગી રહેશે; અને જરે છેલ્લે જીવ શક્તી કમતી થતી જશે અને બદનના ભાગો ઘસાઈ જશે, તારે પુરણી કરતાં ખપ વધુ થવાથી બદનનું કવત દુટ્ટું જશે અને છેલ્લે તદ્દન તેનો નાશ થશે. દરેક જીવન તનો એવો હાલ થયા વગર રહેતો નથી; તે તરણ હાલતમાં પસાર થાય છે; પેહેલી વધ, બીજી થમ, અને તરીજ ઘટ; એવી તરણ હાલત સહતી થાય છે.

હંદગીની લંબાઈ ચાર બાબતો ઉપર આધાર રાખે છે. પેહેલું, તે જીવનમાં જોડલી જીવ શક્તી તે પરમાંણે હંદગીની લંબાઈ આધાર રાખે છે. જાંહાં જીવ શક્તી વધુ હોય છે તાંહાં તે ઘણું લગી આ

લશે અને ઘણી મુશ્કેલી ખપી રહેશે. હવે એ જીવ શક્તી કેટલીએક ચીજો સાથે વધારે જોરથી અને કોઈ સાથે સેહેન જોરથી વલગી રહે છે; અને કોઈમાં વધુ અને કોઈમાં ઓછી હોય છે; અને કેટલાંએક બાહર ના કારણોથી તે શક્તીને પોશન મેલે છે અને કેટલાંએક કારણોથી ન બલી થાય છે. એ ઉપરથી સમજ પડશે કે જીંદગી જીંદગી જીવનંતુમાં જીંદગીની લંબાઈ એકસરખી રહેતી નથી.

જીંદગીની લંબાઈનો બીજો આધાર બદનના લાગોના જોર ઉપર રહે છે. જેમ જીવ શક્તી વ્યાસતે વ્યાસતે કમતી થાય છે તેમ બદનના લાગો પણ ઘસાતા અને નબલા થતા જાય છે. હવે, જે જીવનંતુના લાગો ઘણા જોરાવર હોય છે, તે ઘણી લાંબી મુશ્કેલી ઘસાઈ રહે છે. વલી જે એ લાગો બીગડે અથવા તેમાં દરદ થાયે તો જીંદગી ચાલી નહીં શકે.

જીંદગીની લંબાઈનો ત્રીજો આધાર ખપ ઉપર રહે છે. જેમ ખપ અથવા ઘસારો વધુ અથવા ઓછો હોય, તેમ જીંદગીની લંબાઈ વધુ અથવા ઓછી થાય છે. જે એક બીજીને બેઠે છેડેથી સલગાવે તો તે એક છેડેથી સલગાવેલીનાં કરતાં જલદીથી પીગલી જશે; અથવા આખશીજન ગેયાસમાં બોલી હવા કરતાં એક બીજી દશ ઘણી જડ થી બલી જશે; તેજ મીસાલે જેમ એક ચીજમાં ઘસારો વધુ અથવા ઓછો થાયે તેમ તેની જીંદગીની લંબાઈ આધાર રાખે છે.

જીંદગીની લંબાઈનો ચોથો આધાર પુરણી અથવા નવી પેદાશ ઉપર રહે છે. જે ચીજોમાં પોતામાં એવી શક્તી હોય કે જેથી ખપ કરતાં પુરણી વધારે કરી શકે તેવી ચીજની જીંદગી વધારે લગી રહી શકે છે.

ટુકાંમાં જીંદગીની લંબાઈ જીવ શક્તીના કુવત ઉપર, બદનના લાગોના જોર ઉપર, ખપ અને પુરણી અથવા પેદાશ ઉપર આધાર રાખે છે. જીંદગી વધારવાના બેચાલ એ ચાર બાબત ઉપર સંબંધો આધાર રાખે છે અને એ ઉપરથી થોડાએક અગતના સવાલો ઉઠે છે.

પહેલો એ સવાલ ઉઠે છે; જીંદગીની લંબાઈની કાંઈ હુધ છે કે નહીં ? એ ઉપર વીદવાંન લોકોના તરેહવાર એકકથી ઉલટા વીચારો જણાયેલા છે; પણ ઉપલી બાબતો ધ્યાનમાં રાખેલાથી એ વીશે જલદીથી નીવેરો આવી શકે છે. દરેક જાતના જીવનંતુની અને દરેક જીવનંતુની જેવી તેની જીવ શક્તી, જેવા તેના લાગો, અને જેવી ખપ અ

થવા પેદાશની શક્તી તે પરમાણુ તેની જાંદગીની લંબાઈની હુધ રાખેલી છે. કાંચેકે જાંદગીની લંબાઈ જાંહાંસુધી એ શક્તીઓ ચાલુ રહે છે તાંહાંસુધી તેનો આધાર રહે છે. પણ એ અપ ધણી ઉતાવલેથી થાયે અને કોઈમાં ધણે હલવેથી પણ થાયે; સારા અથવા માઠા બનાવો આડે આવે અને જાંદગીની હુધને બદલી શકે; એટલે દરેક જીવ જાંતની હુધ એક નેમેલી રહી શક્તી નથી; કેટલીએક બાબદોથી તે હુધની અંદર જાંદગી ખલાસ થાયે છે, અને કેટલીએક બાબદોથી તે જાંદગીની લંબાઈ હુધથી પણ બાહર જાયે છે.

બીજે સવાલ એ ઉઠે છે, કે જાંદગી લાંબી થઈ શકે કે નહીં ? વગર શકે જાંદગી લાંબી થઈ શકે; પણ તે કાંઈ જાદુઈથી અથવા કાંઈ અમરતો લીધાથી થતી નથી; કે આપણાથી, જે આપણને જીવ શક્તી આપી છે, તેનું જોર અથવા જ્યો વધારીયાથી થતી નથી; અથવા કાંઈ કુદરતનો ધારો ફેરવીયાથી બનતું નથી. જે કાંઈ થાયે છે તે ઉપલી ચાર બાબદો ઉપર પુરતું ઘેયાન આપીયાથી બને છે. જીવ શક્તીને અને બદનના ભાગોને કુવતમાં રાખીયાથી, અપ થતો અટકાવીયાથી અને નવી પેદાશ વધારીયાથી જાંદગી લાંબી થઈ શકે છે. વધારે પુરતો અને સારો ખોરાક, પેહરવાસ, રહેવાની રીતભાંત, શેહેરની રૂતુ ઈત્યાદિ એ શક્તીઓને જોર આપે છે, અને જાંદગી લાંબી કરે છે; અને જેમ એ શક્તીઓની વીરૂધ જાયે છે તેમ જાંદગી ટુકી થાયે છે. જાંદગી લાંબી કરવાનો મોટો અગતનો ઉપાયે અપ થતો અટકાવામાં છે. જે આપણે એમ વીચારીયે, કે દરેક ચીજમાં ચોકસ જીવ શક્તી અને ચોકસ ભાગો છે, કે જે જાણે જાંદગીનો સઘલો ભંદોલ છે અને જાંદગી એ બેઠના અપમાં આવી રહે છે, તો બદનના ભાગોને વધારે જોરથી કસીયાથી અને તેથી વધારે ધસારો થયાથી એ ભંદોલ પોતાની મેલે અપો જાયે છે. જે શખસ એક દાહાડાના અરસામાં બીજા કરતાં જીવ શક્તી બેવરો અપાવી દેશે, તે પોતાનો ભંદોલ જલદીથી પુરો કરશે; અને જે ભાગો બેવરા જોરથી કામમાં લગાડે તો તે અરધા વખતમાં ધસાઈને નકામા થઈ જશે. જેવો જાંદગીનો ધસારો, તેથી હલટી તેની લંબાઈ હાયે છે; અથવા જોટલી જડકથી એક જીવજાંત રહે છે, તેટલી તેની જાંદગીની લંબાઈ કોટા થાયે છે. હરેક કોઈ શખસ મેહનતમાં અથવા મોજ મજાહમાં પોતાનો અપ વધારે

અથવા એછો જડકથી કરેછે અને તે પરમાણુ તે જડકથી અથવા હલવેથી જવેછે. જેમ હંદગીના થોડો ઘસારો તેમ તેની લંબાઈ વધારે થાયછે. જે એક રોપાને ગરમી, ખાતર અને બીજા ઉપાયોથી તેની હંદગીનો ઘસારો વધારે જોરમાં લાવવામાં આવે, તો ઘણી જડકથી તે પુર હાલતમાં આવો જશે, પણ તેમ તે જલદીથી કરમાઈ પણ જશે. જે એક જીવનંતમાં કુદરતથી જીવ શક્તી વધુ હોયે, પણ જે તેની હંદગીના ઘસારો જડકથી કરવામાં આવે, તો બીજી જીવનંત કે જેમાં જીવ શક્તી થોડી હોયે પણ તેની હંદગીના ઘસારો થોડો હોયે, તો તેનાં કરતાં હંદગી ટુકી થયા વગર રહે નહી. માણસ અને બીજાં ઉંચે વાંધેના જાનવરોમાં જીવ શક્તી આડપાન કરતાં પુશકલ અને પુરતો હોયેછે; તોયપણ એક આડ એક થોડા કરતાં સો ઘણી મુદત લગી જીવી શકેછે; કાંયેકે આડની હંદગીના ઘસારો ઘણો થોડો છે. એજ પરમાણુ હરેક કારણથી હંદગીનો ઘસારો કમતી થાયેછે તો તેથી હંદગી લાંબી થાયેછે; અને બીજા હાથ ઉપર જે કારણોથી હંદગીને કુવંત મહે અને તેને ઉશકેરે, તે કારણો તેની મુદત ટુકી કરેછે. એ ઉપરથી સમજ પડશે કે ઘણાજ તનદરોસત માણસની હંદગી ટુકી થાયેછે; અને કેટલીએક નબલાઈના કારણોથી હંદગી લાંબી થાયેછે. એ બાબદમાં કુદરત માહેથીજ આપણને દાખલા મળી આવેછે; કાંયેકે કુદરતે દરેક જીવ સાથે એક એવી ગોઠવણ કરી આપીછે કે જેથી ચાલુ ઘસારાનો અટકાવ થાયેછે. એ ગોઠવણ ઉંઘ છે; તે દરેક પુખ્ત હાલતનાં જાનવરમાં હોયેછે. ઉઘ એ કાંઈ નથી પણ હંદગીના ઘસારાનો અટકાવછે; અને એ અટકાવમાં હંદગી સલામત રહી શકેછે. બાર અથવા સોલ કલાકના જોરેજ હંદગીના ઘસારાથી એટલોતો ખપ થઈ જાયેછે કે જેથી સાધારણ તાપ થઈ આવેછે; અને તે દરેક મેહનતુ માણસને દર સાંજે માલમ પડેછે. એ વખતે ઉંઘ તેના છુટકારાને માટે મદદ આવેછે; તેને તામોસ કરેછે અને સાત અથવા આઠ કલાકની ઠાક પછી એ ઘસારો અટકેછે, અને જટલો ખપ થયો તેટલી પાછી પેદાશ થાયેછે અને સઘળું આગલની મીસાલે સમાધાન ચાલેછે. એજ કારણથી યુધાં માણસોને થોડી ઉંઘ હોયેછે; કાંયેકે તેઓમાં ઘસારો ઘણો થોડો હોયેછે. એટલા માટે ઉજાગરા જેવી હંદગીના નાશ કરનારી બીજી થોડીજ ચીજ છે.

ઝાડપાન પણ શેયાલાની ઉંઘ વગર પોતાની જીંદગી લાંબી મુદત લગી ચલાવી શકે નહીં. કેટલાંએક ઝાડપાનમાં એવું માલમ પડીયું છે કે તેને માણસની દરરોજની ઉંઘ સાથે મુકાબલો કરાઈ શકાય છે. દર સાંજે તેઓનાં પાતરાં મંડાઈને વાંકાં થઈ જાય છે; તેઓનાં ફૂલ ખીલેલાં પાછાં બંધ થાય છે અને આખું ઝાડ જાણે થાક લેતું હોય એવું લાગે છે.

ખોરાક.

અલબીયુમેન, ફાઈબરીન, કેસીન.

ગયા આંકમાં, આપણું બદન શીશી ચીન્નેનું બનેલું છે તે જણાવીયું હતું; વલી જણાવીયું હતું, જે લોહી માહેથી બદનનું પોશણ થાય છે અને જે ચીન્ને બદનમાં આવે છે, તે જ ચીન્ને લોહીમાં પણ હોય છે. હવે લોહી આપણે ખોરાક લેઈએ તે માહેથી બને છે; તારે લોહી બનાવાને માટે આપણા ખોરાકમાં એવી ચીન્ને હોવી જોઈએ કે તે લોહીની ચીન્નેને મલતી આવે અથવા તે બદલાઈને લોહી બની શકે. આપણા ખોરાક તરણ જાતનો હોય છે; જનવરનું માસ અને દુધ અને તરેહવાર જાતની વનસપતી. એ તરણ ચીન્નેમાં આપણા બદનની અથવા લોહીની ચીન્નેને મલતી કેઈ વસતુ આવે છે તે તપાસી જોઈએ.

એ તપાસ કરીયા આગમજ આપણા બદનની ચીન્ને શી તરેહથી બની છે તે તપાસી જોઈએ, કાંયેકે તે ઉપરથી આપણા ખોરાકમાં મુલ ચીજ શું જોઈએ તે સમજ પડી શકશે. આપણા બદનની બનાવત એક સેહેન દાખલા ઉપરથી સમજ પડશે. એક ઇંડાં માહેથી મરધું પે દા થાય છે. ઇંડાંમાં સફેડી અને પીલી દાલ આવે છે. સઘલાં જણને ખબર છે કે સફેડીમાં અલબીયુમેન સીવાયે બીજું કંઈ આવતું નથી; એટલે સફેડી તે જ અલબીયુમેન છે. દાલમાં પણ મોટો ભાગ અલબીયુમેનનો તે સાથે ચરબી અને થોડા ખાર આવે છે. હવે એ સફેડી અથવા અલબીયુમેન માહેથી મરધાંના સંઘલાં લાગે, માસ, હાડકાં, નેસો લોહી, પીંછ, નખ, ઇતીયાદી બને છે. એ અલબીયુમેનમાં જીવ

છે અને તેને દાલ માહેથી સઘણું પોશણ મલેછે. એજ પરમાણુ માણસના જનનનો પેહેલો પાયો અલખીયુમેનના એક ખીંદુથી શીઝ થાયેછે અને એ અલખીયુમેનની રજને માએના લોહી માહેથી વધારે પોશણ મલેછે અને તે ઉપરથી તરેહવાર ભાગો બનેછે. એ ઉપરથી સાફ દેખાઈતું છે કે અલખીયુમેન દરેક જીવતી ચીજનો પેહેલો પાયો છે અને તે વગર કાંઈ પણ જીવતી ચીજ બની શકેજ નહીં.

હવે હરેક ખોરાકમાં અલખીયુમેન અથવા અલખીયુમેનને મલતી હરેક ચીજ આવે તે ખોરાક પોશતીક કેહેવાયેછે; એટલે એ ખોરાક માહેથી લોહી અને તેથી માસ અને બદનના બીજા ભાગો બનેછે. જાનવરના માસમાં મુખીય ચીજ ફાઈબરીન હોયેછે અને દર સેંકડે તેના ૭૦ ભાગ આવેછે. રસાયન વોદીયા ઉપરથી માલમ પડેછે કે અલખીયુમેન અને ફાઈબરીનની બનાવટ ઘણીખરી એકસરખી હોયેછે અને જેમ ઈંડાંની તાજ સફેડી અને બંધાયેલી સફેડીમાં જોડેલો ફરક છે, તેટલો અલખીયુમેન અને ફાઈબરીનમાં છે; ટુકામાં ફાઈબરીન બંધાયેલાં અલખીયુમેનથી કાંઈ વધારે નથી. માસ અને લોહીના અલખીયુમેનમાં કાંઈ સેહેજ ફરક હોયેછે. એ ઉપરથી સમજ પડશે કે જાનવરના માસના ખોરાકમાં અને લોહીમાં કાંઈ ફરક નથી અને તેથી માસનું લોહી બનવાને ઘણો વીલમ લાગે પણ નહીં. જે માસ ખોરાક પરમાણુ લેઈયેછે તે હોજરીમાં પીગલીને અલખીયુમેન બની જાયેછે અને તે સેહેજવારમાં લોહીમાં પસાર થવાને લાયક થાયેછે. જે એનો દાખલો નજરે જોવો હોયેતો જાનવરના માસને પાણીમાં ડુબારીને ખોલી હવામાં રાખો. થોડાવારમાં માસના ઘણાજ થોડા ભાગમાં ફેરફાર થવા માંડશે અને તેથી આખું માસ પાણીમાં પીગલી જશે. તે પાણીને જે પાછી ગરમી લગાડીયે તો તરત સફેડીની માફક બંધાઈ જશે; એટલે માસનું ફાઈબરીન પાણી અને હવાથી અલખીયુમેન બની જાયેછે.

હવે દુધને તપાસી જોઈયે. બચાનું પોશણ માતરે દુધથીજ થાયેછે; તારે અલખત તેમાં પણ અલખીયુમેન અથવા અલખીયુમેનને મલતી ચીજ હોવી જોઈયે. એવી વસતુ દુધમાં મલી આવેછે અને તેને કેઝીન કરીને કેહેછે. દુધમાં કેઝીન એક આલકલીની ખારકતે પીગલેલું રહેછે, પણ જે દુધમાં હરેક જાતની આસીડ, જરા લીઝુનો

રસ અથવા સરકો નામીયો હોયેતો દુધ તરત બંધાઈ જશે; એટલે કે ઝીન અથવા દહી છુટું પડશે. તે અલબીયુમેનની મીસાલે ગરમીથી બંધાઈ જતું નથી, પણ બેઉની બનાવટમાં કાંઈ સેહેજ ફરક છે. એ પરમાણુ ઇંડાંની સફેડી અને દહીમાં થોડોજ ફરક માલમ પડે છે.

તરીજો ખોરાક તરેહવાર જાતની વનસપતી છે. ઘણી મુદત લગી કોઈને સમજ પડી શકતી નહીં હતી કે વનસપતી માહેથી શી તરેહથી બદનતું પોશન થઈ શકે છે; પણ આજ થોડાં વરસ થયાં એ ની પણ બરાબર સપજ પડી છે; અને જેમ માસ પોશતીક ખોરાકમાં ગણાયે છે, તેમ કેટલીએક વનસપતી પણ પોશતીક ગણાયે છે. હરેક તાજી વનસપતી માહેથી નીચવીને રસ કાઢાડીયો હોયે અને તેને થોડોવાર થમ રહેવા દીધો હોયેતો તેમાં થોડી મીનીટમાં ફેરફાર થવા માંડે છે. એક લીલા રંગના જલ્દી જવો જથો તલીયે એકઠો થાયે છે; એ થરા માહેથી લીલો રંગ જુદો પાડીયો હોયેતો એક ભુરા રંગની વસતુ રહે છે. એ વસતુને ગલુટેન કહે છે અથવા તે વનસપતીની કાંઈ બરીન કરીને પણ એલખાયે છે, કાંયેકે એ બેઉ એકમેકને મલતાં આ વે છે. એ ગલુટેન સઘલી જાતના ઘાસમાં આવે છે, પણ સઉથી પુશકલ ઘઉંમાં આવે છે. જે ઘઉંનાં આઠાને પાણી સાથે મેલવીયો હોયેતો એક ચીકનો ચીકત ભાગ જુદો પડશે; એ કાંઈબરીનને મલતો આવે છે અને તેને ગલુટેનનું નામ આપીયું છે.

વનસપતીના રસમાહેથી એ ગલુટેન છુટું પડીયા પછી જે ઉપરનીતર પાણી રહે છે તેને ગરમી આપીયાથી તે ઇંડાંની સફેડીની મીસાલે બંધાઈ જાયે છે. એજ પરમાણુ જે- ગાજર, સલગમનું પાણી કાઢાડીને તેને ગરમી આપી હોયેતો તે બંધાઈ જાયે છે. એ ચીન અલબીયુમેનને મલતી આવે છે.

વર્લી વતેણા, ચના, વાલ, અલડ ઇતીયાદીનો આટો બનાવીને પાણીમાં થોડાવાર લગી રાખીયા પછી તેના પાણીને ગરમી આપી હોયેતો તે બંધાઈ જતું નથી, પણ ઉપર એક પોપરી બંધાયે છે અને જે તેમાં હરેક જાતની આસીડ જેમકે સરકો, લીયુનો રસ નાખીયો હોયેતો તે દહીની મીસાલે બંધાઈ જાયે છે. એ વસતુ કેઝીન અથવા દહીને મલતી આવે છે અને તેને વનસપતીની કેઝીન કરીને કહે છે.

એ ઉપરથી જલદીથી સમજ પડશે કે વનસપતીમાં અલખીયુમેન, ફાઈબરીન અને કેઝીનને અતલગતી મલતી ચીજો આવેછે અને જોડલા પોશતાક તેઓછે તેમ આ પણુછે. એટલે જમ જાનવરના માસ અને દુધથી બદનનું પેશણુ થાયછે તેમ વનસપતીથી પણુ થાયછે; ફરક માત્રે એટલોજ રહેછે કે જાનવરના માસ તથા દુધમાં થોડા જ થામાં પુશકલ પોશતીક વસતુછે; એટલીજ પોશતીક વનસપતી માહે થી મેલવવાને માટે મોટો જથો લેવો પડેછે. દરેક વનસપતીમાં એ તરણા માહેના થોડો અથવા વધારે જથો હોયછે અને ઘણું કરીને એ તરણા એકજ વનસપતીમાં સાથે મલી આવેછે.

વનસપતીની ફાઈબરીન અથવા ગલુટેનનો દાખલો આપણે કે ઈ વખતે અમતકારીક તરીકે જોઈયેછ. ઘણા જણે રસતામાં ફરતાં ખેલાડીઓને જોયા હશે કે તેઓ એક જાતનો પાલો લેઈ આવેછે અને તેનો પાણીમાં રસ કાઢાડીને દહીની ખીસાલે તેને બાંધી નાખેછે અને અંજાણા લોકોને સમજાવેછે કે તે જાડુઈના જોરથી તેમ કરેછે. અંરી ખુબી તે વનસપતીમાંછે; તે જમીન ઉપર વેલાની ખીસાલે ઘણી વાડીઓમાં અને ખેતરોમાં મોલેઈ પડેછે. તેનો રસ કાઢાડીને પાણીમાં મેલવીયાથી તે તરત બાંધાઈ જાયછે. એ બાંધાવાની ખુબી ફાઈબરીન અથવા ગલુટેન ઉપર આધાર રાખેછે.

વનસપતીની કેઝીનનો દાખલો જે લોકો ચીનમાં ગયા હશે તેઓ જાણતા હશે; જમ દહી અથવા કેઝીન માહેથી પતીર બનાવેછે, તેમ ચીના લોકો વટેણા માહેથી પતીર બનાવેછે. ઉપર જણાવીયું તેમ વટેણામાં કેઝીન આવેછે; અને જમ દુધ માહેથી પતીર બનાવેછે, તેમ એ વટેણા માહેથી દુધના પતીરને મલતું બરાબર પતીર બનાવેછે. પેહેલાં તેનો સવાદ અથવા વાસ પતીર જોવો નહી હોતો પણુ થોડા દાહાડા પછી દુધના પતીર માહેથી તે પરખાઈ શકાતું નથી. કંતાનમાં તેને તાઉકુને નામે વેચેછે અને લોકો ઘણા સવાદથી ખાયછે.

એ ઉપરથી સમજ પડશે, કે ખોરાકમાં પોશતીક ચીજ સુખીય અલખીયુમેન અથવા તેને મલતી બીજી ચીજો જમકે ફાઈબરીન તથા કેઝીનછે. એ વગરે ખોરાક માહેથી કદી પણુ પોશણુ મલે નહી; અને જમ એ ચીજો એક ખોરાકમાં વધારે તેમ તે વધારે કીમતી ગણાયેછે.

પરચુટણ.



હીંદુસ્થાનમાં સહીયેડની રસી મુકવાની ચાલ.—ડાક્ટર પરીતગ લે એ બાબદનો અંછે સીતાર આપીયેછે તે જાણવા લાયકેછે:—“ હીમા લય પરવત તરફના તથા બંગાલના થોડાએક પર્ગતો સીવાએ હીંદુસ્થાનના કો દાપણ ભાગમાં સહીયેડનો અટકાવ કરવાને સહીયેડની રસી મુકવાનો ઉપાયે કામે લગાડવામાં આવતો નથી. સહીયેડની રસી મુકનાગતો કાંઈ જુદો ધંધો નથી. બરાહમણોએ એ ધંધો પોતાના હાથમાં રાખીયેછે અને તે બાપ દાદેથી ઉતરતો આવેછે; તેઓ ગામેગામ જાયેછે અને વગસના નજદીક ચાર પાંચ મહીના ગામના લોકોના ખરચે મોજ મજાહમા યુજ્જરેછે અને વલી પોતાની આવકમાં ઉમેરો કરેછે. જો સહીયેડનો રોગ હરેક ગામમાં માલમ પડીયો એટલે તેઓ તાંહાં જાયેછે, અને સહીયેડ આવેલાં બચાંઓ માહેથી રસી એકઠી કરેછે. કોઈકઅને તેઓ પાકવા દેછે, અને તે પછી રસી અથવા સુકા પોપરા કામે લગાડેછે. તે લેખને પોતાના ગામો તરફ જાયેછે અને તાંહાંના જે બચાંઓને સહીયેડ નહીં આવીયા હોયે તેને તે રસી મુકેછે. સાત સોયેને તેઓ સાથે બાંધેછે અને તેવતી છોકરાના જમણા હાથના અંગુઠાની અને છોકરીઓમાં દાબા હાથના અંગુઠાની હેઠવાસમાં ઘસારો પાડીને જરા લોહી કાઢાડેછે, અને જરા રૂઝો અથવા ઉન ઉપર રસી લેખને તે જગા ઉપર એક બહુ દોરાથી બાંધેછે. જાંહાંસુધી તે ઉપર આંદું પડેછે તાંહાં લગી તે રહેવા દેછે. જો સહીયેડના પોપરા તેઓ પાસે પુરતા હોયેછેતો તેને ખાંડ તથા આતા સાથે મેલીને તેને પાણી સાથે મેલવીને ગોલી બનાવેછે અને તે દરેક બચાંને ખવાડવામાં આવેછે. સહીયેડનો રોગ એમ કીધાથી ખીજાં બચાંને ઉડ નહીં કરીને તેઓ જેમ બને તેમ એકજ દાહાડે સમ્રલાં બચાંને રસી મુકી દેછે, અને એક મહીના લગી તેઓ ખીજાં ગામડાંઓ સાથે કાંઈપણ જાતનો વેહેવાર રાખતા નથી. એ વખતે ગામનો સમ્રલો વેપાર બંધ થાયેછે અને કોઈકાણુ બાહરનો વેપારી ગામમાં આવતો નથી. પણ એ એક મહીનાની બંદીથી કાંઈ ફાયદો થતો હોયે એવું લાગતું નથી; કાંયેકે સહીયેડનું જેદર કપડાંમાં રહી જાયેછે અને તે કદી બાલી નાખવામાં આવવા ખીજી રીતે તેનો નાશ કરવામાં આવતો નથી.

“ હાલ એ રીત અટકાવામાં આવીછે અને જે બરાહમણો સહીયેડની રસી મુકતા હતા, તેઓને ગઈ રીતલા મુકવાનું સીખવીને પગારદાર રાખેનાછે.”

દરદના કારણો.—એક જણુ લખી ગયોછે, કે તન અને મનને ધજા દે નાર, હથથી જોયાદા પેટ તસકાઈ જાયે એટલું ખાવા જેવું ખીજું કાંઈ નથી.

ધણું આધારી માણસની કુદરત ધરાઈને ગુંગરાઈ જાય છે. જો માણસ જડા રોટલા ઉપર રેહે અથવા ગુલામની મીસાલે જીસરીમાં જોડાઈ રહેતો તેઓ પોતાની જીંદગી વધારી શકે.

એક જાણુ પોતાના બાથાણમાં દરદના કારણે વીશે આ નીચે જણાવીયા પરમાંણે કહી ગયો છે:—“હું પાક દામનથી કહું છું, કે માણસ જાતને તરેહવાર ગુચવણ ભરેલાં દરદો થાય છે તેનું કારણ તેઓ પોતાની હિજરીને હથથી જ્યા દા ભરી નાખે છે તેથી બને છે. ખીજું મોટું કારણ તેઓના મનની હાલત છે. જે બાબદ ઉપર આપણો અખતીયાર નહી તે ઉપર અસંતોશી અને અટપટ રહેવામાં તે પેદા થાય છે. દરેક જાતના ખરાબ હવસો અને દુનીયાદારીની શીકમંત ઉપર દબાન કરે છે, મેજાના કામમાં ખલલ પડે છે અને તેથી ઘણી નુકસાંની થાય છે.”

ખહીવાલા માણસને માટે સંભાલ.—૧. જો તમારા કુટુંબમાં માએ અયવા બાપ તરફથી ખહીનો મરજ ઉતરતો આવેલો હોયતો તમારાં બંધાને તેજ દરદના ભોગ થવાથી અટકાવની જલદીથી વેતરણુ કરજો.

૨. જો ઓલાદમાં ખહી નહી હોયે તોયપણુ સંભાલ રાખવી જરૂર છે. એક નબલાં માણસમાં જે તરણુ વાનત જોરાવર સરકમ થવાથી અને તેની દરકાર નહી કીધાથી એ જીરા રોગનું ખી રોપાયે છે.

૩. પેહેલાં અથવાડીયાંમાંજ સરકમને અટકાવવો એ અતુરાઈની રીત છે; પણ વધારે અતુરાઈ પેહેલા ૨૪ કલાકમાંજ કાપી નાખવામાં છે.

૪. તમારી મેલે સરકમનો ઉપાયે કરવા જતા ના. કાંયેકે એક સેહેજ દરદ તમારી ખેતદખીરીથી ખરાબ રોગમાં ચાલી જશે.

૫. જે ઉપાયેથી સરકમ અથવા ખહીમાં ફાયેદા થાયે નહી, તે ઘણી નુકસાંની કરે છે.

૬. જે લોકોને ખહી થવાની ધાસતી હોયે તેઓ જો મજબુત પહરેજ, ખરાબર કસરત અને ખુશ અને સંતોશી મન રાખેતો તે દરદ ગલખો કરી શકે નહી અને ઘણી લાંખી જીંદગી લગી જીવી શકે.

૭. એટલી સંભાલ લીધા પછી પણ જો એવાં માણસો છાતીને મજબુત કરવાને માટે તરેહવાર દવાઓ લે અને ભમતાઓની સીખામણુ સાંભલે તેઓ પોતાના સંતાયેલા દુશ્મણને તેડું કરે છે.



તંનદરેસતી.

જુન ૧૮૬૯.

મુંબઈ શેહેરની જાહેર અધરીઓ.



જેમ રાહાદારી અને મજૂરના સુખને માટે રસતે રસતે મુતર ખાંતાંઓ ગોઠવવામાં આવીયાંછે, તેમ જાહાડો ફરવાને માટે કેટલી એક જગા ઉપર અધરીઓ બાંધીછે. એ અધરીઓ રસતાઓ ઉપર બાંધવામાં આવી નથી, પણ જુદે જુદે ઢેકાંણે ખુલ્લે ખંતોલે જરા વ સતીથી દુર અને ઘણું કરીને, જાંડાં જાહાડો શેહેરની બાહર લેઈ ગયા આગમન એકઠો રાખવામાં આવેછે તાંડાં, એ અધરીઓ બાંધી દીધીછે. એ અધરીઓની હાલત કેવી રહેછે અને તેઓની ખરેખર જરૂરીયાતછે કે નહી તે તપાસી જોઈયે.

હીંદુસ્થાનનાં રહેવાસીઓમાં એક એવી ટેવ અસલના વખતથી પડી ગઈછે કે તેઓ પોતાના ઘરમાં વાડાઓ બાંધતા નથી, પણ જે મ બનેછે તેમ દરીયા આગલ અથવા નદીને કીનારે અથવા જાંડાં દરીયા નહી હોયે તાંડાં ખેતરોમાં જાહાડો ફરવા જાયછે. મોટા શે હેરો વગરે હરેક ગાંમડાંમાં આપણે જોઈએતા એજ હાલત માલમ પ રેછે. એજ ટેવ મુંબઈ શેહેરમાં અસલથી પડી ગઈછે અને આજે પણ કેટલાએક ઘરો સાથે વાડાઓ મુતલગ જોવામાં આવતા નથી. એ ઘરમાં રહેનારાઓ આજ થોડી મુદત લગી દરીયા કીનારે જાહાડો ફરવા જતા હતા; અને આજે પણ મારવાડી અને બીજા હીંદુ લોકો છેક વાલકેશવર લગી દેહેડાંઓની પુજા કરવા જાયછે તે સાથે હમે શાં એક કલશીયો પણ લેઈને જાયછે. એ પરમાંણે આજ થોડાં વર સ થયાં દરીયાને હરેક કીનારે રાત દીવસ જાહાડો ફરવાને માટે હા ધમાં એક કલશીયો લેઈને જતાં પુશકલ લોકો માલમ પડતાં હતાં.

જારે એવી ટેવથી પુશકલ ગલીઓ અને ગંધીલી થવા લાગી તારે. સરકારે તેઓને દરીયે કીનારે જતાં અટકાવીયાં, પણ તેઓના ઘરમાં વાડાઓ નહી હોવાથી, તેઓને માટે અધરીઓ બાંધી આપી; અને આજે મુંબઈના જુદા જુદા ભાગમાં ૧૪ અધરીઓ બાંધીછે. એ અધરીઓ જોકે વસતીથી જરા દુર રાખવામાં આવીછે અને જોકે તેને સાફ રાખવાને માટે ઘણી સંભાલ લેવામાં આવેછે, તોયપણ ઘણી વેલા લોકોની ગલીઓ રીતલાંતને લીધે એ અધરીઓ ખરાબ અવસ્થામાં જોવામાં આવેછે, અને તે માહેથી જે બદબો નીકસેછે તેથી આસપાશના રેહેવાસીઓને ઘણી અડચણ પડેછે.

સહી મોટી અધરી સુનાપોર તરફછે અને તાંહાં હજારો લોકો દીન રાત જાહાડો ફરવા જાયછે.

હવે એ અધરીઓની મુંબઈમાં ખરેખર જરૂરીયાતછે કે નહી તે તપાસી જોઈયે. જમ મુતરખાંતાંઓ રાહાદારીને હરેક વખતે અગતના થઈ પડેછે તેમ એ અધરીઓ નથી; એ અધરીઓ કાંઈ રાહાદારીના અથવા બેગારીના કામને માટે નથી; પણ ચોકસ લોકો કે જેઓના ઘરમાં વાડાઓ બાંધેલા નથી તેઓને માટે એ અધરીઓ કાંલે લાગેછે. એ અધરીઓ ઉપર સરકાર ખર્ચ કરેછે અને તે ખર્ચ આખી રહ્યેત ઉપર નાખેછે તે તદ્દન નામુનાસેબછે. ગમે તેવું ઘર અથવા જુકડી હોયે, પણ તાંહાં જાહાડો ફરવાને માટે વાડાઓ બંધાવાની ઘર ઘણીને ફરજ પાડવી જોઈયે. એમ કીધાથી એ અધરીઓની જરૂર તલી નશે અને નકામો ખર્ચ કરવો પડશે નહી. દર સહવારે હજારો લોકો ઘરખાર છોડીને જાહાડો ફરવા જાયે એ મુંબઈ શહેરમાં એક માઠો દેખાવછે; અને એ અધરીઓ કચરાના પેટારા અથવા મુતરખાંતાંની ખીસાલે મુંબઈ શહેરને એબ લગાડેછે.

મુંબઈમાં મરણ.

રેહેઠાણ.

મુંબઈ શહેરમાં મરણની બાબદ ઉપર વીચાર કરતાં એક અગતની બાબદ એછે, કે વધારે મરણ મુંબઈ શહેરના કીયા ભાગ ઉપર થા

યેછે, અને ક્રીયાં દરદેથી કેઈ જગા ઉપર વધારે મરણ થાયેછે. એ બેઉ બાબદો જાણીયાથી આપણને માલમ પડી આવશે કે મુંબઈ શહેરની કેઈ જગા રહેવા લાયકછે અને કેઈ જગાથી દુર રહેવું જોઈયે.

૧૮૬૦ થીતે ૧૮૬૭ લગી સરાસરી મુંબઈ શહેરમાં આ નીચે જણાવીયા પરમાણે જુદે જુદે ઠેકાણે મરણો નીપજ્યાં હતાં. વલી વસતીની સંખ્યાયા પરમાણે સમતોલ મરણો થાયેછે કે તેથી વધુ ઓછાં થાયેછે; અને કોલારા, સહીયેડ, ગોવરૂં અને તાપથી કેટલાં મરણો નીખજે તે પણ જણાવીયુંછે.

| | વસતીનું દર સેંકડ પરમાણું. | સરાસરી દર સેંકડ મરણનું પરમાણું. | કોલારા, સહીયેડ અને ગોવરૂંથી. | તાપથી દર સેંકડ મરણનું પરમાણું. | દર માણસે ચારસવાર જગા. |
|-----------------|---------------------------|---------------------------------|------------------------------|--------------------------------|---------------------------------------|
| કોલાબા . . . | ૨.૩ | ૨.૪ | ૨.૫ | ૨.૦ | ૬૦.૨ |
| કોટ | ૫.૧ | ૪.૩ | ૩.૬ | ૩.૨ | ૨૩.૨ { દક્ષીણ ભાગ ૨૧૧.૫ ઊતર " ૧૧.૪ |
| મૈદાન | ૧.૦ | ૧.૫ | ૨.૦ | ૧.૨ | ૩૦૬.૬ |
| મારકેટ | ૯.૨ | ૬.૭ | ૭.૦ | ૬.૬ | ૫.૪ |
| માંડવી | ૧૦૦.૧ | ૧૨.૭ | ૧૦૦.૪ | ૧૪.૩ | ૭.૪ |
| ઊમરખાડી . . | ૧૫.૧ | ૧૫.૨ | ૧૪.૧ | ૧૬.૩ | ૬.૧ |
| ધુભીતલાવ . . | ૧૧.૫ | ૮.૬ | ૧૨.૦ | ૭.૪ | ૮.૪ |
| ભુલેશવર . . . | ૬.૧ | ૫.૦ | ૩.૮ | ૫.૭ | ૬.૯ |
| ખારા તલાવ . . | ૫.૭ | ૯.૨ | ૬.૫ | ૯.૬ | ૮.૮ |
| ગીરગામ . . . | ૬.૨ | ૭.૧ | ૯.૨ | ૬.૭ | ૨૦.૭ |
| ઓપાટી | .૮ | ૧.૨ | ૧.૯ | ૧.૨ | ૬૬.૪ |
| વાલકેશવર . . | ૧.૨ | ૧.૩ | ૧.૭ | ૧.૨ | ૨૬૨.૬ |
| માહાલક્ષ્મી . . | ૧.૧ | ૧.૦ | ૧.૩ | ૧.૧ | ૨૯૪.૫ |
| મજગાંમ | ૨.૭ | ૩.૨ | ૪.૬ | ૨.૬ | ૫૬.૪ |
| તારવારી | ૧.૨ | .૮ | .૯ | .૮ | ૧૩૪.૬ |
| કામાટીપુરા . . | ૧૦.૦ | ૧૨.૭ | ૧૦.૩ | ૧૩.૯ | ૩૯.૩ |
| પરેલ | .૯ | .૯ | .૯ | ૧.૦ | ૯૭૭.૦ |
| સીવરી | .૬ | .૨ | .૪ | .૩ | ૫૩૭.૮ |
| સીમ | ૧.૫ | .૭ | ૧.૦ | .૭ | ૧૨૨૫.૪ |
| મેડુમ | ૨.૪ | ૧.૮ | ૨.૦ | ૧.૭ | ૨૫૬.૬ |
| વરલી | ૧.૩ | ૧.૦ | ૧.૧ | ૧.૧ | ૫૯૩.૫ |
| બાર | ૪.૦ | ૧.૦ | ૨.૧ | .૫ | |

એ ટીપ ઉપરથી માલમ પડેછે, કે કોલાબામાં વસતી પરમાણેન મરણ નીપજેછે. દરદનું જોર સમતોલછે.

કોટની વસતી પરમાણે મરણ થોડાં થાયેછે. તેમાં કોલારા તથા તાપનો રોગ કમતીછે. કોટની ઉતર તરફની વસતી ઘણી ધીમીછે અને તે છતાં મરણ થોડાં થાયેછે, તે ઉપરથી અટકલ કરવામાં આવેછે કે તાંહાંના રેહેવાસી તનદરોસતીની બીજી બાબદો ઉપર વધારે ધેમ્યા ન આપતા હશે; અને જોરે કોટની મોટી વસતી પારસી લોકોનીછે તારે એ વીચાર ખરો ઠરેછે.

મેદાનમાં ગામટી પલટનના સીપાહીઓ માતરે વસેછે. તેઓની વસતી પરમાણે મરણ વધારે થાયેછે અને કોલારાનો રોગ પણ વધુ થાયેછે; તે ઉપરથી તેઓની રેહેવાની ગલીય હાલત માલમ પડી આવેછે.

મારકેટની વસતી ઘણીજ ધીમીછે, એટલી ધીમી વસતી કોઈ બીજે ઠેકાણે નજરે આવતી નથી; તોપણ તેઓની વસતી પરમાણે મરણ ઘણા કમતી થાયેછે એ ઘણુંજ અબજ નેવુંછે. એ જગામાં સુખીય હીંદુ અને સુસલમીન રહેછે. એનું કારણ કંઈ કેહેવાઈ શકાતું નથી.

માંડવીની વસતી કરતાં મરણ વધુ થાયેછે; તેમાં તાપનો ઉપદ્રવ ઘણો માલમ પડેછે. માંડવીની જગા ઉતર તરફ આવીયાથી તાપનું જોર તાંહાં વધુ હોયે એવું અટકલી શકાયેછે. કોલારાનું જોર વસતી પરમાણે સમતોલછે.

ઉમરખારીમાં વસતી અને મરણ સમતોલછે. તાપનું જોર સેહન વધુછે.

ધોલીતલાવની વસતી પરમાણે મારકેટની મીસાલે મરણ ઘણાં થોડાંછે અને તાપનું જોર પણ કમતીછે; પણ કોલારાનું જોર ઘણું વધુછે. ધોલીતલાવનો લતો નેકે દરીયાભણી આવેલોછે, તોપણ તાંહાં મોટી ગટરો અને મોટો અધરોઓ આવીછે તેથી એ રોગનો ઉપદ્રવ વધારે હોયે.

લુલેશવરની આવી ધીમી અને ગલીય વસતી પરમાણે તાંહાં મરણ થોડાં નીપજેછે એ અબજએજ નેવુંછે. તાંહાં કોલારાનું જોર ઘણું કમતી માલમ પડેછે.

ખારા તલાવ જોડે બીજી જગાએ કરતાં તાંહાં ધીચ વસતી નથી તોયપણ તાંહાં મરણો પુશકલ નીપજીએ; તેમાં તાપનું જોર ઘણું વધુ છે.

ગીરગામનો લતો જોડે ધીચ નથી તોયપણ તે જગા ઘણી ગલીચ છે. તાંહાં જાડાડપાન એટલું છે અને પાણી એટલું ગલીચ પડી રહે છે, કે તેથી તાંહાં મરણ પણ વધું થાયે છે અને કોલારાનું જોર ઘણું વધુ છે. તાપનું જોર સમતોલ છે.

ચોપાટીની જગા પણ ગીરગામની મીસાળે જાડપાનથી ભરાઈ ગયેલી છે અને હમેશાં ભીંગી રહે છે તેથી મરણ વધુ થાયે છે, તાપનું જોર સેહેજ છે પણ કોલારાનું જોર ઘણું વધુ છે.

વાલકેશવર અને માહાલખશમીની વસતી પરમાણે મરણ સમતોલ છે.

મજગાંમમાં વસતી કરતાં મરણ વધુ થાયે છે; તેમાં કોલારાનું જોર ઘણું છે.

તારવારીમાં મરણનું જોર કમતી છે.

કામાટીપુરાની વસતી કરતાં મરણ વધુ નીપજીએ, જોડે કોલારાનું જોર ઘણું નથી, તોયપણ તાપ ઘણું જોરથી ચાલે છે.

પરેલમાં મરણ વસતી પરમાણે સમતોલ છે.

સીવરી, સીમ, મેહેમ, અને વરલીમાં કમતી છે.

એ ઉપરથી માલમ પડે છે, કે કોટ, મારકેટ, ભુલેશવર, તારવારી, સીવરી, સીમ અને મેહેમમાં વસતી કરતાં સઘલી રીતે મરણ થોડાં નીપજીએ. કોલાબા, વાલકેશવર, માહાલખશમી, પરેલ, અને વરલીમાં વસતી અને મરણ સમતોલ થાયે છે. મેદાન, માંડવી, ખારાતલાવ, ગીરગામ, ચોપાટી, મજગામ અને કામાટીપુરામાં વસતી કરતાં મરણ વધુ થાયે છે. ઉમરખારીમાં જોડે મરણ સમતોલ થાયે છે તોયપણ તાપનું જોર વધુ છે; ઘોભીતલાવ ઉપર જોડે સઘલી જાતના મરણ કમતી થાયે છે તોયપણ કોલારાનું જોર વધુ છે.

કોલારાના રોગથી કોલાબા, મેદાન, ઘોભીતલાવ, ખારાતલાવ, ગીરગામ, ચોપાટી, વાલકેશવર, અને મજગાંમમાં વધારે મરણ થાયે છે. તાપનો રોગ માંડવી, ઉમરખારી, ખારાતલાવ, ગીરગામ, ચોપાટી, અને કામાટીપુરામાં ઘણો ફેલાયે છે,

૧૮૬૪ માં જે વસતી ગણવામાં આવી હતી તે સાથે ગયાં આ ૮ વરસના મરણનું પરમાણુ સરખાવામાં આવીયું છે. હાલ મુંબઈ ની વસતી એટલીજ છે કે વધુ અથવા ઓછી છે તે કેહવાઈ શકાતું નથી, પણ જારે ૧૮૬૪ ની આગલના ચાર વરસ અને તે પછીના ત્રણ વરસની સરાસરી ગણતરી કરવામાં આવી છે તારે આ ગણતરીની સચાઈ ઉપર થોડો ઘણો પણ ભરૂંશો રાખવા જોઈએ. તોય પણ એ ગણતરી ઉપરથી મારકેટ અને લુલેશવર સહીયો તનદરોસત જગામાં ગણાયે છે, એ ઘણું જ અન્યથેથી ઉપજાવે છે અને તેથી એ ગણતરી ઉપર પકો ભરૂંશો આપી શકાતો નથી.

ખોરાક.

ચરબી, ખાંડ, સટારચ.

ગયા આંકમાં જણાવીયું હતું, કે બદતને પોશણ આપવાને મારે તરેહવાર જાતના ખોરાકની જરૂર પડે છે; અને એ સઘલા પોશતીક ખોરાકોમાં અલબીયુમેન અથવા તેને મલતી ચીજો આવે છે. જે ખોરાકમાં અલબીયુમેન નહી હોયે તો તે કદી પણ પોશતીક કેહવાયે નહી, કાંયેકે એવા ખોરાક માહિથી બદતનું પોશણ થતું નથી. વલી જણાવીયું હતું કે માણસનો ખોરાક તરણ રીતે મલી શકે છે; જાનવરનું માસ, ફૂધ અને વનસપતી. એ સઘલા ખોરાકમાં થોડું અથવા ઘણું અલબીયુમેન અથવા તેને મલતી ચીજ આવે છે. પણ તે સીવા એ એ ખોરાકોને તપાસતાં હમેશાં બીજી ચીજ જાથુક માલમ પડે છે. જાનવરના માસ સાથે હમેશાં થોડી અથવા વધુ ચરબી આવીયા વગર રહેતી નથી; ફૂધમાં ખાંડ અને તેલ (માંખન) આવે છે અને વનસપતીમાં પુશકલ સટારચ નામની ચીજ આવે છે. હવે એ ચીજો ભેગી અથવા છુટી આપણુ હમેશાં ખોરાક દાખલ વાપડીયેછ અને એ વાપડવાનું કાંઈ પણ કારણ હોવું જોઈયે; કાંયેકે આપણે એ ચીજો ઘણી પરીતથી ખાઈયેછ. અલબીયુમેન, કાઈજરીન અને કેઝીનને રસાયન ખુબીથી તપાસતાં તેમાં કોલસો, હાઈડ્રોજન, આખસીજન, નાઈટ્રોજન, ગંધક, અને ફાસફરસ એ તત્ત્વો માલમ પડીયાં છે. જે ખોરા

ક્રમાં નાઈટરોજન તત્વ આવેછે તેમાં પોશતીકીનો ગુણ હોયછે. હવે ચરબી, ખાંડ, અને સટારચમાં કોલસો, હાઈડ્રોજન અને આપ્સીજન તત્વો સીવાયે બીજું કંઈ આવતું નથી; તેઓમાં કદી પણ નાઈટરોજન જોવામાં આવતું નથી; અને તેથી તેઓ બદનને પોશણ કરવાને તદ્દન નાલાયકછે. તારે એ ઉપરથી માલમ પડેછે, કે આપણે ખોરાક લેઈએ તે બદનના પોશણને માટે નહીં, પણ તેની મતલબ બીજી પણ હોવી જોઈએ. આગલા આંકોમાં જણાવીયું હતું કે કેટલીએ ક જાતનો ખોરાક ગરમી આપનારો કરીને કેહેવાયેછે. હવે એ ચરબી, ખાંડ અને સટારચમાં એ ગુણછે.

દુધમાં ખાંડનો મોટો ભાગ આવેછે; કેટલાંએક ફરૂટો અને વનસપતીનો મીઠાસ ખાંડને લીધે હોયેછે; પણ એ બેઉ જાતની ખાંડમાં મેહેન ફરક હોયેછે. સેરડી, ગાજર, બીટરૂટમાં એકજ જાતની ખાંડ આવેછે. દરાખ માંહેની ખાંડ દુધની ખાંડને મલતી આવેછે. મધની ખાંડ પણ દરાખની ખાંડને મલતી આવેછે.

પણ વનસપતીમાં ખાંડ સીવાયે ઘણો ઉપીયોગનો અને પુશકલ જથ્થાબંદ ભાગ સટારચનો આવેછે. ઘઉંનું દુધ, સાબુ ચોખ્ખા, અને આરાટમાં સટારચ સીવાયે બીજું કંઈ નથી. જો પટેટા, કેટલાં એક કાચાં ફલ, મુલા, આરાટ, સાગો, ઘઉં ઇતીયાદીને મસલીને એક ચાલણીમાં નાખી તે ઉપર ખુબ પાણી જોરથી નાખીયું હોયે અને જ દુધ જીવું પાણી જાયેછે તેનો થોડોવાર થમ રેહેવા દીધું હોયેતો સફેદ દુધ જેવો સટારચનો બારીક લુકો હેઠલ બેસશે. ઘઉં માંહેથી સટારચ કાઢીને ઘ'ગરેજ લોકો હેર પૌડરને નામે વેચેછે. સાગો માંહેથી સટારચ જુદો પાડી તેને સુકવી, અને જરા ગરમી આપીને સાબુચોખ્ખાને નામે વેચવામાં આવેછે. એ સટારચમાં ગરમ પાણી નાખીયું હોયેતો જલીની મીસાલે બની જાયેછે.

સટારચ અને ખાંડમાં કેટલો ફરક અથવા અંતરછે તે આ નીચેના દાખલાઓ ઉપરથી જલદીથી સમજ પડશે. સઘલાંને ખબરછે કે કાચાં ફરૂટો કદી પણ મીઠાં હોતાં નહીં; પણ પાકીયા પછી તેઓ મીઠાં થાયેછે; હવે એમ થવાનું કારણ શું? કાચાં ફરૂટોમાં સટારચનો મોટો ભાગ આવેછે અને ફરૂટને ગરમી આપીયાથી એ સટારચ બદલાઈને તેની ખાંડ થાયેછે; અને તેથી પાકાં ફરૂટો મીઠાં લાગેછે.

આપણા મોહોડાની લખથી પણ સટારચની ખાંડ બની જાય છે. જે સટારચનો મોહોડાની લખથી ફેરફાર થતો નથી, તે હોબરીમાં બધા પછી તેની ખાંડ બને છે. એ ઉપરથી સમજ પડશે, કે સટારચ જે કે ખોરાક માફક લેવાય છે પણ તેની જલદીથી ખાંડ બની જાય છે. એ પરમાણુ હોબરીમાં સટારચ અને ખાંડનો ફરક તદ્દન નીકલી જાય છે.

ચરબીમાં પણ ખાંડ અને સટારચની મીસાલે કોલસો, હાઈડ્રો જન અને આપ્સીજન તત્ત્વો આવે છે; પણ ફરક એટલો રહે છે કે ચરબીમાં આપ્સીજન થોડું છે. એ પરમાણુ જે સટારચના ૨૪ ભાગ લીધા હોયે તો તે ચરબીના દશ ભાગ બરાબર થાય.

ખાંડ અને સટારચ, અથવા બરાબર બોલીયે તો માતરે ખાંડ, (કાં જેકે સટારચની આપ્સીજન ખાંડ બને છે) લોહીમાં પેવસ થાય છે, પણ તે એટલી તો જડકથી બેમાલમ થઈ જાય છે કે કદાચજ લોહીમાં તે મલી આવે છે. એજ મીસાલે ચરબી જારે વધારે નહીં હોતી તારે તરત લોહી માહેથી બેમાલમ થઈ જાય છે. એ બેમાલમ થઈ જવાનું કારણ એ છે જે જેવી ખાંડ અથવા ચરબી લોહીમાં દાખલ થઈ એટલે તે કે ફક્ત તરફ જાય છે અને તાંહાં હવાના આપ્સીજન સાથે મલીને બલી જાય છે અને તેથી બદનની ગરમી પેદા થાય છે અથવા જારી રહે છે. જે ચરબી ગરમી આપવાના કારણ કરતાં વધુ હોયે તો તે બદનમાં ચરબીની મીસાલે એકઠી થાય છે. જે ચરબી ઘણી વધુ હોયે એમ બદનમાં સમાઈ શકતી નથી, તો તે લોહીમાં એકઠી થાય છે, દરદા પેદા કરે છે અને છેલે મરણ લાવે છે. એજ પરમાણુ ખાંડ અથવા સટારચ જરૂર કરતાં વધુ ખાવામાં આવે છે તો તે પણ બદનમાં ચરબી થઈને એકઠી થાય છે. એમ કેહે છે, કે જેમ લખથી સટારચની ખાંડ થાય છે, તેમ કલેન્ડામાં એવી એક ચીજ પેદા થાય છે કે જેથી ખાંડની ચરબી બની જાય છે; પણ એ વીચાર હજુર ચોકસ થયો નથી.

જાંહાંસુધી બદનનું વજન વધતું નથી, તાંહાંસુધી સઘલી ચરબી, ખાંડ, અને સટારચ બલી જાય છે અને બદનની ગરમી સચવાય છે; તે કદી પણ ચરબીની મીસાલે તેઓ એકઠાં થતાં નથી. જારે બદન ઉપર જરૂર કરતાં વધુ ચરબી એકઠી થાય છે તારે એમ સમજવું કે એ હાલત કદી પણ તનદરોસત હોયે નહીં.

એ ચીજોમાં ગરમી આપવાની ખુબી તેઓમાં કોલસાનો અને હાઈડ્રોજન તત્વના જથ્થા ઉપર આધાર રહે છે; અને તેથી દરેકમાં એ ખુબી થોડી અથવા વધુ હોય છે. ચરબીમાં એ ખુબી સઘી વધારે છે, તેથી ઉતરતી સટારચમાં અને તેથી ઉતરતી ખાંડમાં છે. દર ૧૦૦ ભાગ ચરબીએ, ૨૪૦ ભાગ સટારચના, ૨૪૯ ભાગ સેરડીની ખાંડના, ૨૬૩ કુધની અથવા દરાખની ખાંડના, ૨૬૬ જલદ સપીરીટના જોધે તારે, તેઓનો ગુણુ એકસરખો ઉતરે છે. એટલે એક રતલ ચરબી, નજદીક સવાળે રતલ સટારચ અથવા હડી રતલ ખાંડનું કાં મ કરી શકે છે.

જેવી રીતે ચરબી, સટારચ અને ખાંડમાં બલી જવાની ખુબી છે, તેવી કાંઈ પણ ખુબી અલખીયુમેન, ફાઈબરીન, અથવા કેઝીનમાં નજર નથી આવતી. કદી પણ અલખીયુમેન બદનને ગરમી આપી શકે નહીં; અને જો માણસ માતરે અલખીયુમેન ઉપરજ રહેતો તે જીવી શકેજ નહીં. જો અલખીયુમેનમાં ચરબીની મીસાલે બલી જવાની ખુબી હોતો જ થોડું અલખીયુમેન દર રોજ માણસના પોશણને માટે જાયે છે તે પુરૂં પડતે નહીં; અથવા જો પુરૂંખી પડેતો કાંઈ પણ હોજરીમાં ખોરાકની હોજરીયતમાં ફેરફાર થયાથી તરત નુકસાની કરી યા વગર રહે નહીં અને તારે માણસથી જીવાઈ પણ શકાયે નહીં. જાં હાંસુધી લોહીમાં અલખીયુમેન સીવાએ એવી ચીજો રહે, કે જે આપ્સીજન સાથે જલદીથી મલી શકે (એટલે બલવાને લાયક હોયે) તાં હાંસુધી અલખીયુમેન ઉપર આપ્સીજન અસર કરી શકશે નહીં. કેટલીએક દરદી હાલતમાં જરે ફેફસાંમાં પુરતો ગરમી આપનારો ખોરાક મલી શકતો નથી તારે બદનમાં એકઠી થયેલી ચરબી ઉપર મારો ચાલે છે અને જરે તે પણ ખપી રહે છે તારે માસ અથવા અલખીયુમેન તે કામ કરવા જાયે છે, પણ તે એટલુંતો અધુરી રીતે થાયે છે કે જલદીથી જીંદગીનો આંકો આવે છે.

એ ઉપરથી સમજ પડશે કે બદનને તનદરોસત હાલતમાં રાખવાને માટે પોશતીક તેમ ગરમી આપનારા ખોરાકની જરૂર પડે છે; અને જાં હાંસુધી તેઓનું પરમાણુ બરાબર રહે છે તાં હાંસુધી કાંઈ પણ અલવાલ આવતી નથી. કુદરતથીજ કેટલાએક ખોરાકોમાં એ ખેડ ગુણુ મલેલા હોયે છે; અને જાં હાં મલેલા નહીં હોતાં તાં હાં મેલવણી કરવી પડે છે.

આ નીચે જણાવેલી ટીપ ઉપરથી જુદા જુદા ખોરાકમાં એ બેઉ ગુણુનું પરમાણુ કેટલું છે તે સેહેલથી માલમ પડશે. દર દશ પોશતીક ભાગે ગરમી આપનારા,

| | | | |
|------------------|---------|------------------|--------|
| ગાએના દુધમાં... | ૩૦ ભાગ. | સસલાનું માસ... | ૨ ભાગ. |
| એરતના દુધમાં... | ૪૦ " | વાછરડાનું માસ... | ૧ " |
| અલડમાં | ૨૧ " | ઘઉંનો આટો... | ૪૬ " |
| સીંગ | ૨૨ " | બાજરીના આટો... | ૫૭ " |
| વટેણા | ૨૩ " | જવ | ૫૭ " |
| ચરબ મતન | ૨૭ " | પટેરા સફેડ | ૮૬ " |
| ચરબ પોરક | ૩૦ " | પટેરા બલુ | ૧૧૫ " |
| ગાએનું માસ | ૧૭ " | ચોખા | ૧૨૩ " |

ચેપી રોગ વીશે ધારા.



માણસની ઉપર કાંઈ હુજરો જાતનાં દરદો ફરી વલેછે; કેટલાંએ ક' અંજાણપણાને લીધે, કેટલાંએક બેસમજથી, કેટલાંએક બેદરકારપણાં ને લીધે અને કેટલાંએક ખરાબ હુવસોથી પેદા થાયછે. એ કારણો દુર કરવાને માટે અસલના જમાનાથી માણસો મેહેનત કરતા આવી યાછે અને હજુર કરતા જાયછે; અંજાણપણું અને બેસમજ દુર કરવાને માટે કેલવણી આપવામાં આવેછે. બેદરકારપણા અથવા ખરાબ હુવસ ઉપર આજ લગી કાંઈ ઇલાજ ચાલીયો નથી; તરેહવાર ભાશાં છો અથવા રસાલાઓ સઘલાં ફોકટ ગયાછે. પણ જારે એવા બેદરકારપણાથી અથવા ખરાબ હુવસોથી તે ધણી વતરોગે બીજાને નુકસાની પોંહ્યાંએછે, તારે સરકાર વચમાં પડેછે અને તેને ખરે ખારગે ચાલવાને ફરજ પાડેછે. ગયા આંકમાં સમજવીયું હતું કે સહીયેદનો રોગ એ ક' માણસથી બીજામાં ઉડેછે. સહીયેદનો અટકાવ કરવાનો હાલ એ ક' સહીયે સરસ ઉપાયે ગઈ શીતલાનો જણાયેલોછે; જ લોકો ગઈ શીતલા મુકવાનું બેદરકારપણું બતલાવેછે તેને હાલ સરકાર ફરજ પાડવા ને ખાંતીછે, અને તે લોકોના ફાયેદાને માટેજ કરેછે.

વલી જો એક શખસ છાકટો થઈને અથવા બીજા અમલમાં આવીને રસતામાં તોફાણ કરે અથવા ઘેલાપણામાં લોકોને ઇજા કરેતો સર

કાર વચમાં પડેછે; એકને માતરે શીક્ષા કરીને રેહેછે, કાંચેકે સરકાર દારૂ પીવાનો અટકાવ કરી શકતી નથી; પણ જારે તે દારૂ પીનાર બીજાને ધ. જા દેછે, તારે તે ફરીથી તે મીસાલે નહી કરે એટલા માટે સેહેજ શીક્ષા કરેછે. ઘેલા માણસને કાંઈ શીક્ષા થતી નથી, પણ તેને જખરદસતીથી એ ક જગા ઉપર રાખેછે કે જાંહાં તેની સઘલી તરેહની સંભાલ લેવામાં આવેછે.

એજ પરમાણે જમ સરકારથી લોકોના ખરાબ હુવસો અટકવાઈ શકાતાં નથી; તેમ સરકારથી શેહેર માહેથી વેશીયાઓને દુર કરાઈ શકાતી નથી. જાંહાં ગાંમ તાંહાં ઘેરવાડો એક જરૂરીયાતછે, તેમ શેહેર તાંહાં વેશીયા એક મોટી પીડાછે; પણ તેને અટકાવે કોણ ? હાલને કાલતો એ પીડાને મુગે મોહોડે સોસવી પડેછે; અને સરકારના હાથમાં ઇલાજ એટલોજ રહેયોછે કે એ પીડાને જમ બને તેમ કમતી ઇજા દે એવું કરે. જે ઓરતો વેશીયાનો ધંધો કરેછે તેને ઘણુંજ ખરાબ દરદો પે દા થાયેછે અને જે મરદો તેઓ સાથે સોબત કરેછે તેઓને તે દરદો ઉડેછે; અને મરદનાં એવાં દરદ તેનાં બચાંમાં ઉતરેછે. એ પરમાણે વેશીયા પોતે અને સોબત કરનાર મરદ બેઉ કુખી થાયેછે, એટલુંજ નહી પણ તેઓના બદ્દેલીના ફલ બીચારાં બેશુનાહ બચાંને લાગુ પડેછે. જે એ દરદો વેસીયાઓનેજ થતાં હોતે અને જે તે દરદો ઉડતાં નહી હોતેતો સરકારને વચે પડવાનું કાંઈ રહેતે નહી. પણ જારે તેઓથી ચોમર ખેરાબીનું બી પંથરાયેછે તારે સરકારને વચમાં પડવાની ફરજ પડેછે અને તેનો જમ બને તેમ અટકાવ કરવાની વેતરણ કરવી પડેછે. એટલા માટે આજ કેટલાંએક વરસ થયાં યુરોપખંડમાં વેશીયાઓને માટે ધારાઓ કરવામાં આવીયાછે, અને જે વેશીયાનો ધંધો કરે તેને દરદની કાંઈ પણ નીશાણીછે કે નહી તેની તપાસ કરાવાની ફરજ પાડવામાં આવીછે. તેઓને માટે એક જુડું ખાતું સથાપવામાં આવેછે અને ડાક્ટરોને નેમીને વેશીયાઓની તપાસ કરાવેછે. વેશીયાઓને ચોક્કસ મુદતે ડાક્ટર પાસે જઈને તપાસ કરાવાની ફરજ પાડેછે, નહીતો તેઓને દંડ કરવામાં અથવા શેહેરમાહેથી હંકાલી મુકવામાં આવેછે. જે લોકો દરદી માલમ પડેછે, તેઓને માટે ખાસ હાસપીટલો બાંધેલી હોયેછે, તાંહાં જઈને જાંહાંસુધી દરસત થાયે તાંહાંસુધી તેઓને રહેવાની ફરજ પાડેછે. એ પરમાણે કીધાથી યુરોપખંડમાં આજ એ દરદ ઘણું દરજે કમ

તી થવા માંડીયું છે. તોયપણ કેટલીએક અડચણોને લીધે મનમાનતી રી તે ફરક માલમ પડીયો નથી. ૧૮૬૬ માં ઈંગલંડ દેશમાં પણ એ ધારો પસાર કરવામાં આવીયો છે અને હાલ આપણી ભલી સરકાર હાંકી સથાનમાં એ ધારો દાખલ કરવા માંગે છે. જરે પેહેલાં યુરોપ દેશમાં એ બાબદની ચરચા થાઇ તારે લોકોમાં પોકાર અને શોહાર ઉઠી રહે યો હતો. દરેક જણને મોહાડે એજ વાત સંભલાતી હતી, કે છીંમી લપણાના ફલ ખોદાએ અહીંજ દેખાડે છે અને તેઓ ઉપર માયા લાવ વી ખોટી છે; અને સરકાર એમાં વચમાં પડીને જાણે અનીતીને ટેકો આપે છે. પણ સરકારે એવા પોકાર શોહારની દરકાર કીધા વગર પો તાનું કામ ચલાવીયા કીધું અને આજે લોકોની નજર ઉઘડતી જાય છે કે સરકારે એ ધારા પસાર કીધામાં ઘણું દાહાપણ ખરચીયું છે.

તોયપણ હજુર એ વીશેનો કેટલાક વીદવાનો અને પાંદરીઓનો વીચાર બદલાયો નથી; તેઓ એ ધારાઓને અનીતીને ઉતેજણ આપ નારા સીવાયે બીજું કંઈ ગણતા નથી. જરે મુંબઈમાં હાલ એ ધારો પસાર કરવાની વેતરણ ચાલે છે, તારે ઘણાએક સીએલા અને વીચાર વાલાઓ એક આવાજે એટલું જ બોલે છે, કે “ચાલો હવે, અટકાવ શું રહેયો; જરા પણ દરદ થવાનો દર હતો તે હવે નીકલી જશે અને લોકો નહીં જતા પણ ધમધુકાર વેશીયાને તાંહાં ચાલીયા જશે.” હવે એવા બોલનારાઓને આપણે સેહેજ સવાલ કરીયે. શું પાપનો રસતો એકજ છે? એક શખ્સ જો ચોરી કરવા ચા હેતો તરેહવાર ચુકતીઓથી કરશે; પણ જો શખ્સ ચોરી કરવી એ મોટું પાપ છે એમ સમજીને દર કરે છે, તેની આગલ ચોરી કરવાનો ગમે તેવો ઉંઘાડો સફાઈ કીધેલો રસતો હોય છે, તોયેપણ તે રસતે તે જતો નથી. એજ પરમાણે પાપનો રસતો ઉંઘાડો અને સાફ જોઈને દરેક જણ તેમાં ગોટું ખાતા નથી; જો પાપી છે, તેતો રસતો ગમે તેવો કઠીણ અને ગુચવણ ભરેલો અને ઈજા દે એવો હશે તોયપણ તે હરેક હીમત કરીને તે રસતે જવાનોજ. એજ પરમાણે વેશીયાઓની હાલત સુધારીયાથી ગમે તેવો પાપનો રસતો દેખઈતો સુધરે પણ કોઈ પણ નીતીવાલો અને નેક માણસ તે રસતે ફસવાનો નથી. વલી અં જમાયેશ ઉપરથી માલમ પડે છે, કે જો પાપી હોય છે તે વેશીયાની હાલત ગમે તેવા હોય પણ તેની તે દરદાર કરતો નથી; વલી જ નેક હોય

[illegible][illegible]

વેશીયાં જીવી ગુનેહગારના વાલી કોણ થાય ? એ બીચારીઓ ગુનાહ માં ફસેલીઓ છે તે ખરાબ ઇલતને લીધે નહીં પણ વારેઘડીએ ગરીબા ઇ અને ભુખમરના લીધે હોય છે; કેટલીએક ખરાબ મરદોથી ફસી ગયેલી હોય છે; ઘણીએક ખરાબ ઓરતોના પંજામાં જનમથી ફસેલી હોય છે; અને થોડીજ એવી નર્તરે આવશે કે તે ખરાબ હવસના પંજામાં ફસેલી હશે. મુશ્કેલી અને કંગાલીયતથી કુતીયામાં કેટલા ગુનાહ થાય છે તે સઘલોને ખબર છે. જનમની ખરાબ સોબત માહેથી કોણ બચી શકે છે ? એવાં લોકો ઉપર આપણને દયા લાવવી જોઈએ, કે તેને ધીકારવી જોઈએ ? અલબત્ત સઘલા સમજી માણસો તેઓ ઉપર દયા લાવશે, તેઓની હોલતને સુધારવાની તબવીજ કરશે અને ખરાબ મારગેથી સીધા મારગ ઉપર લાવવાને ચુકશે નહીં. ગમે તેવો નાપાક ગુનેહગાર હોય છે તેની ઉપર દયા અને સખાવત ફેરફાર કરી નાખે છે અને ઘણાં જાણુ ખરાબ મારગેથી પાછા સીધા રસતા ઉપર આવેલા છે. તારે શું આપણે વેશીયાઓને સીધા મારગે લાવવાને નીશકલ થશું ? કદી પણ નહીં. યુરોપ દેશમાં અજમાયેશથી માલમ પડીયું છે કે પુશકલ વેશીયાઓને ખરો ધંધો રોજગાર મલીયાથી તેઓએ ખરાબ મારગ છોડી દીધો છે. હીંદુસથાનમાં એમ નહીં કાંયે બને ?

ચોરના છોકરો ચોર નીવરે તેમાં શક શું છે ? આજ લગી ચોરના છોકરાના હાલ બાપના જવાન થતા હતા, તેમો અટકાવ કરવાને શીક્ષા કરવા સીવાએ બીજો કાંઈ પણ ઉપાયે હતો નહીં; પણ હાલ સરકાર શીક્ષા કરીયાને બદલે તેઓ ઉપર દયા લાવે છે અને તેઓને મારે કેલવણી અને હુનર ખાતાંઓ ઉભાં કરવામાં આવે છે, કે જાંહાં તેઓ હરેક ધંધો સીખે છે. શીક્ષા કીધાથી અને તેઓ તરફ ધીકાર ની નર્તરે જોયાથી તેઓ સુધરીયા હોયે અથવા ગુનાહ કમતી થયો હોયે એવું અજમાયેશ ઉપરથી માલમ પડીયું નહીં હતું; અને છેલે જરે દયા અને સખાવતનો હાથ સરકારેજ લાંબો કીધો તારે એ ગુનેહગારો કમતી થવા લાગ્યા. એજ મીસાલ વેશીયાનો હાલત પણ છે. તેઓની તરફ ધીકાર બતાવીયાથી અને તેઓની કાંઈ પણ દરકાર નહીં કીધાથી હજી સુધી તેઓની હાલત સુધરી નથી, અથવા ગામ માહેથી વેશીયા પણ કમતી થયું નથી. માતરે દયા અને સખાવતજ તેઓની હાલત સુધારશે અને તેઓને ખરે મારગે લાવશે.

એ ઉપરથી ખોલી રીતે સમજ પડશે કે વેશીયાની હાલત સુધારવામાં અનીતીને ઉત્તેજણ આપવા જેવું કાંઈ નથી, પણ એક કમીના અંતે કમખખત ટોલાની હાલત સુધારવામાં ખોદાઈ રાહા છે.

વેશીયાઓની હાલત સુધારવાને માટે હમેશાં એક જુદી હાસપીટલની જરૂર છે. તાંહાં તેઓના રોગનો ઈલાજ થાય છે. યુરોપમાં એ વી હાસપીટલો સાથે પાદરીઓ નેમેલા હોય છે અને એ પાદરીઓ તેઓને તરેહવાર રીતે સમજ આપીને આડે મારગથી પાછાં સીધે રસતે લાવવાની વેતરણ કરે છે. કેટલાંએકોને ધંધે રોજગારે લગાડે છે; અને કોઈજ એવાં હોય છે કે જે સુધરી શકતાં નથી. હાલ મુંબઈ શેહેરમાં એવી હાસપીટલની જરૂર છે. સરકારે શેહેરના નસટીસ આફ ધી પીસ પાસેથી આપણા શેહેરના સુધારાઈખાતાં માહેથી મદદ કરવાને સુચના કીધી હતી, પણ તેઓ પાસે પુરતું ફંડ નહી હોવાથી ના પાડીયું છે. આપણા સેડીઆઓ હજારો રસતે સખાવત કરે છે; દરદીઓને માટે હાસપીટલો બાંધે છે અને તેમાં દરદીને માટે કાંઈ પણ તકાવત રાખવામાં આવીયા નથી. વેશીયા જેવો દરદી ટોલો હજાર એવી બક્ષી શથી ખેનસીબ છે. આપણા ધરમાંતુ સેડીઆ કાંયે નહી એવા સુભ કાંમમાં બાહેર આવે અને પોતાનો સખી દસત બાહેર કાહાડીને જોઈતી મદદ કરે ? હરેક કોઈનું ભણું કરવું, પછી તે આપણી દયાને લાયકનો હોય કે નહી હોય, એ ખોદાઈ કામ કેહેવાય છે. ઘણા જણ કદાચ સખાવતનો હાથ બાહેર કાહાડતાં અચકતા હશે કે એ કાંમમાં મદદ કરીયાથી લોકો તેઓની નીતી ઉપર સખુન લેઈ જશે. એમાં તેઓ ભુલ કરે છે. સખાવત હમેશાં ખોદાઈ છે; અને તે ઉપર સખુન લેઈ જનારાની કાંઈ પણ દરકાર કરવી નહી જોઈયે.

બચાંની માવજત.

સુવાવડખાનું.

શીરીતબાઈ જતે ચાલાક અને હીમતવાન હતી; જે કાંઈ ડાકટર સાથે વાતો થાયે અને તેથી જે કાંઈ પણ રાન મલે, તેની પોતાની સહીઓ આગલ જઈને વાતો કરે. સહીઓને પણ ડાકટર

પાસેથી એ બાબદનું સ્નાન મેલવવાની હોંશ થઈ. તેઓએ પોતાના ઘણીઓ આગલ વાત-કહી અને પોતાની ખાહેશ બતલાવી. તેઓ પણ સાવકશાના દોસતો થાયે અને ડાક્ટરને સારીપેઠે ઓલખતા હતા, તેથી સઘલાંએ સાથે મલવાની ખુશી બતલાવી.

ડાક્ટર મુકરર કીધેલા દાહાડે સાવકશા અને શીરીનબાઈને મલવાને માટે આવીયા; અને જીવેછેતો પોતાના બીજા દોસતો તથા તેની બાપેડીઓ પણ હાજર હતાં. ડાક્ટર મનમાં ચેતી ગયા કે શીરીનબાઈએ આ મેલાવરો કીધો હશે અને તેથી ઘણા મધન થઈને આ વતાંને વાર શીરીનબાઈને કહીયું, જે “હું એવી તમારી તરફથી આશા રાખતો હતોજ; અને એમાં તમે ઘણું નેક કામ કીધુંછે અને તેથી હું ઘણો મધન થયો છું.” સઘલાં તરફ જોઈને, “હું તમને અહીં જોઈને અને તમારી મતલબ સમજીને ઘણો ખુશી છું; અને હું વધારે મેહેનત લેઈને તમને સઘલી બાબદો સમજાવાને ચુકશ નહીં.”

શી૦—(પોતાની સહીઓ લણી જોઈને) ડાક્ટરજીએ જે બચાંની માવજતની બાબદો આગલ મને સમજાવી હતી તે મેં તમારી આગલ કહીછે અને તે વીશે આપણી વચે વારંમવાર વાતો થઈછે; તેથી ડાક્ટરજીને એ બાબદો પાછી પુછવાની તબદી આપવી જરૂર દેખાતી નથી. ડાક્ટરજી, આજે વહી તમે હમારી શું ખાંમી બતલાવાના છો; હું ધારું છું કે હમારી ખાંમીને ખાંમીજ નીકલવાની; પણ ડાક્ટરજી, હું આશા રાખું છું, કે એક એવો દાહાડો આવશે કે જારે તમને હમારે વીશે ફરીયાદ કરવાનું કારણ રહેશે નહીં.

દા૦—એવો દાહાડો જોવાને હું અતકરણથી ચાહું છું. આજ દીને એક ઘણી અગતની બાબદ વીશે તમારી આગલ વાત કરવા ચાહું છું. તમારી આગલ કેટલીએક બાબદો કે જેથી બચાંનો જાન જ નમથીજ જોખમમાં આવેછે તે કહી સંભલાવીયું હતું. તે સીવાએ એક બીજા બાબદો કે જેથી વારંઘડીએ બચાંનો જાન જનમ પછી થોડા દાહાડામાં ધાસતીમાં આવી પડેછે અને તે બાબદ બચાંને રહેવાની જગાછે. તમને સઘલાંને ખબરછે કે બચાંના જનમ પછી ૪૦ દાહાડા લગીની રહેવાની જગા સુવાવડખાનું હોયછે. હવે સુવાવડખાનાની હાલત કેવી હોયછે તે તમે સારીપેઠે જાણોછો. જોંપેટલીપે દાદરની હેઠલ અથવા ખરકીમાં, એક જડા કનતાનનો પરડો લાયેગે દશ ચોરસફીટ જગામાં બાં

ધી લેવામાં આવેછે; તે પરડો છેક ભોંયેથી તે સીલીંગ લગી ઉંચો રાખવામાં આવેછે. તે જગામાં કાંઈ પણ બારી હોયછે તે બંધબસત કરી લેવામાં આવેછે, અને જો તે માહેથી હવા અથવા રોશની આવવાનો જરા પણ રસતો હોયછે તો તે ચીઠરાંથી બુરી લેવામાં આવેછે; પરદો સઘલી તરફ બંધબસત હોયછે અને બાંધી લીધેલી જગામાં જવાને માટે પરડો એક બાજુએ કરવો પડેછે; બીજી વખતે તે જગા તદ્દન બંધ બસત રહેછે. એવી જગા કે જાંહાં હવાનો આવજાવ નહી, કે જાંહાં સુરજનું એક કીરણ પણ આવે નહી, કે જાંહાં રોશનીને માટે રાત દીવસ એક દીવો બાલવામાં આવેછે, એવી જગામાં માએ અને બચુ ૪૦ દાહાડા કાહાડેછે.

શી૦—આપણા લોકોમાં એવો વીચારછે જો સુવાવડખાનામાં હવા ફુકવી નહી જોઈયે; કાંયેકે નબલી હાલતમાં તેથી નુકસાની થાયછે અને તમે પણ વારંધડીએ કેહેતા આવોછો કે કદી પણ આંગ ઉપર પવન ફુકવા દેવો નહી.

ડા૦—ખરી વાતછે; જરે આપણે આજરો હોઈયે અથવા નબલાં હોઈયે તારે આપણા આંગ ઉપર પવન ફુકવા દેવો નહી. પણ આપણા લોકોએ કુખ મતાડવાને માટે તેનો ઉપાયે ટુકરોજ કરી નાખેછે; તેઓ હવાનો આવજાવનો મારગજ તદ્દન બંધ કરી નાખેછે. તમે જાણોછો કે સુવાવડખાનામાં રાત દીવસ એક દીવો બલેછે અને તમે જોયું પણ હશે કે તે દીવા કેવો ઝાંખો બલેછે. જરે દીવાને માટે પુરતી હવા નહી હોય તારે માએ તથા બચાંને તે શું હવા મલતી હશે. તમે બરાબર સમજોછો કે તનદરોસતી જાલવવાને માટે ચોખી હવાની જરૂરછે; અને ગઈ વખતે તમને સમજાવીયું હતું કે ખસુસ કરીને નાહાના બચાંને માટે ચોખી હવાની કેટલી જરૂરછે. હવે તમેજ ખેંચાલ કરો કે સુવાવડીના બંદીખાનામાં નાહાનું બાલક કેમ ઉધરી શકે.

શી૦—તમે કહોછો તે ખરી વાત હશે. આપણે પોતે જોઈયે છ કે સુવાવડીના પરડા માહેથી હમેશાં એક જાતનો બદબો નીકલેછે; અને એ બદબો હમેશાં હાજર હોયછે; અને તેનું કારણ એજ હશે કે હવાનો આવજાવનો મારગ બંધ થયાથી એ બદબો નીકલી શકતો નથી.

ડા૦—એ બદબો માણસના પરસેવ અને દમ માહેથી નીકલતી

જેહેરી વસતુઓછે; એ વસતુઓ દમ લીધાંમાં પાછી આવવી નહી જોઈયે અને જારે હવાનો આવજાવ નહી હોયે તારે તે નુકસાની કરીયા વગર રહેજ નહી અને તેમાં નાહાના બાલકને મારેતો તદન ધાસતી બરેલુંછે.

વલી સુવાવડીનો પરડો એટલો બંધબસત હોવાથી એક બીજા અગતની હાજત પુરી પડી શકતી નથી. શીરીનબાઈ તમુને યાદ હશે. ઘણુંએક થયું મેં એક દાખલો તમુને નજરે બતલાવીયો હતો. તમારી અગાસી ઉપર તરેહવાર આડપાનના પુશકલ કુંદાં મુકેલાંછે. હવે અગાસીની એક બાજુ ઉપર બેઠું છાપડું આવેલુંછે અને તેની હેઠલ તરણ ચાર કુંદાંઓ મુકેલાં હતાં એ કુંદાં માહેના આડના પાતરાં જોઈને મેં તરત તમારું તે ઉપર ઘેયાન ખેંચીયું હતું, અને મેં તમુને તે વખતે સવાલ કીધો હતો કે આ તરણ ચાર આડપાનમાં બીજાં ઓ કરતાં કાંઈ તમે ફરક જુવોછો ? તમુને કાંઈ પણ વીચાર નહી આવીયો, પણ મેં તમુને દેખાડીયું હતું કે જુવો આ ચાર આડના પાતરાં કેવાં પોલાં અને કરમાયેલાં લાગેછે. બીજાં કોઈ પણ આડના એવાં પાતરાં થયેલાં નહી હતાં અને તેનું કારણ મેં તમુને સમજાવીયું હતું, કે એ બીચારાં આડોને સુરજનું ખોલું તડકું મલી શકતું નથી, ભાયેજે તે ઉપર સુરજના કીરણ પણ પડતાં હોયે; અને એટલી ખુટને લીધે એ આડો ખીલી શકતાં નથી; તેઓ હમેશાં કરમાયેલાં રહેછે; અને એ સમજાવીયા પછી તમે કેહેવા લાગાં કે “હા, એ આડો વીશેનો મને હમેશાં બલાપો થાયેછે, ચાકર સાથે ઘડી ઘડી મરાઉછું કે તે ઘેયા ન રાખીને પાની સીપતો નથી; પણ હવે મને ખરું કારણ માલમ પડીયું; એ આડોને તરત બાહર કહડાવીને મુકું.”—અને એ આડો પછી અછી રીતે ખીલવા લાગાં તે પણ તમે ખુશી થઈને જણાવીયું હતું. એજ પરમાણે માણસ પણ અંધારામાં ઉધરી શકતું નથી. જે લોકો બંદીખાંનાના અંધારામાં ઘણા વરસ લગી પડી રહેછે, તેઓનો એહેરો ફીકો જરડ થઈ જાયેછે; એજ મીસાલે એક સુવાવડીના પરડામાં જાંહાં સુરજની રોશની ૪૦ દાહાડા લગી પેવસ થઈ શકતી નથી તાંહાં એક નાજુક બચું કેમ ઉધરી શકે તેનો ખેયાલ તમેજ કરો.

શી૦.—પણ ડાકટર તમે જાણોછોતો ખરા કે કેટલી ગમથી એ પરડો તદન નીકલી ગયોછે અને આસતે આસતે નીકલી જાયેછે.

૬૧૦—ખરૂં; માતબર લોકોને ભાંયેતલીયે જીદો ઓરડો મલી શકે છે, તેથી પરડાની તેઓને જરૂર પડતી નથી; પણ તેઓની હાલત શી તરેહથી સુધરી તે હું જોઈ શકતો નથી. તેઓ બંધબસત પરડામાં રહેવા કરતાં બંધબસત ઓરડામાં રહે છે. પરડામાંથી જરા પણ હવા અથવા રોશની આવે છે, પણ ઓરડાની ચારે બાજુએ જાડી દીવાલ હોય છે અને તે માટેથી જરા પણ હવા અથવા રોશની આવવાની આશા રહેતી નથી.

શી૦—પણ ડાક્ટર કેટલી ગમ ઓટલું બધું બંધબસત રાખવામાં આવતું નથી.

૬૧૦—તમે ખચીતથી કેહેશો કે તેઓના ઓરડામાં ખોલી રીતે હવાનો આવજવનો રસતો રાખવામાં આવે છે." શું એ ઓરડાઓ માટેથી બદલો નીકલતો નથી ?

શી૦—હા, બદલોતો જાંહાં સુવાવડી હોય છે તાંહાં માલમતો પડીયા વગર રહેતો નથી.

૬૧૦—તારે તમેજ સમજે કે હવાનો આવજવનો મારગ કેવો હશે.

શી૦—તારે તમે શું ઉપાયે બતાવો છો ?

૬૧૦—પેહલાંતો હું ભાંયેતલીયે સુવાવડીને રાખવાને માટે અડચણ લેઉં છું. ભાંયેતલીયું હમેશાં સરડ હોય છે; ગમે તે ઉપાયે કરો પણ તે સરડીથી માએ તથા બચું બેઠ હેરાન થાય છે; તેથી માએને ઘણાં દરદો થાય છે અને ઘણાં બચાંના જાન ગયા છે અથવા તેઓ જન મથીજ દરદી થાય છે અને જીવે છે તાંહાંસુધી તે હેરાન રહે છે. વલી ભાંયેતલીયેની હવા કદી પણ ઓખી હોતી નહી. આપણા ધરમમાં સુવાવડીને સુકી અને ઉંચી જગામાં રાખવાને માટે ફરમાન છે. એ બેઠ ફરમાનથી આપણે ઉલટા ચાલીયે છઈયે. ભાંયે સુકી કરવાને માટે આપણા લોકો ઢોલકી તલે સાદરી પાંથરે છે; અથવા બીજા એવાજ ઉપાયે કરે છે; પણ તે સઘલા નકામા છે. ઉંચી જગાને બદલે આપણે જમ અને તેમ ઘરની સઉથી નીચી જગા સોધીયે. અલબત્ત એ બેઠ બાબદમાં તનદરોસતીને ખાતર અને આપણા ધરમના માનને ખાતર આપણા લોકોએ સુધારો કરવો જરૂર છે. હું ખચીતથી કહું છું કે ભાંયેતલીયે રહેવાથી ઘણી સુવાવડી ઓરડા તથા બાલકો ક મોહોતે મરણ પામીયાં છે.

શી૦—પણ ધરમ પરમાણેતો અડકાયેલી અથવા સુવાવડી ઝોર તે કદી પણ ધરના માલા ઉપર બેસવું નહીં.

ડા૦—ધરમમાં એવું કાંઈ નથી. ઉલટું ઉંચી જગા ઉપર રહેવાને માટે ફરમાવેછે અને તમેજ જીવોછો કે તેમાં કેટલું દાહાપણછે. કોણ જાણે આપણા લોકો સાથી ગુનરાહ થયાછે, કે જે ધરમમાં લંબેલું હોયેછે તેનેથી ઉલટું ચાલવામાં સવાબ સમજેછે.

શી૦—મને યાદ આવી; આપણા લોકો થોડાં વરસ થયાં અડકાયેલી ઝોરતોને જે ધરનો દાદર પથરનો હોયેછે તો માલા ઉપર બેસવા દેછે; તેમાં તેઓ પાપ ગણતાં નથી.

ડા૦—એ પગલું ખરે રસતે ભરાયેછે અને આશા રાખું છું કે થોડા વરસમાં સુવાવડી પણ માલા ઉપર વગર અડચણે રહી શકશે.

શી૦—જે અડું પુછાવોતો આપણા લોકો મતલબીઆંછે. વા રેઘડીએ દાખલાઓ બનેછે કે ડાકટરો સુવાવડીને માલા ઉપર લેઈ જવા કેહેછે. જાંહાં જાનની વાત આવી એટલે આપણા લોકો ધરમ ખરમ સઘલો ઠેકાણે રહેવા દેછે અને જરૂરીયાતનું કામ કરેછે; પણ આપણા લોકોની મતલબની વાત કહું. વધારે દુર કાંહાં જઈયે. આપણા પેહેલે મારેના ભાંડુતની બાપેડી સુવાવડી હતી અને ડાકટરે તેને ઉપર લેઈ જવાને ફરમાવીયું. આપણી ઘેરવાલી તે ઉપરથી ફફરી પડી અને ઘર નાપાક થાયે એમ કહીને તેને ઉપર નહીં જવા દેવાને બોહોશ કીધી; પણ તરત તેની કોઈએ દરકાર નહીં કીધી. થોડા દાહાડામાં એ ભાંડુતને ઘેરવાલીએ કાહાડી મેલીયાં. બોહોશ બનાવ એવો થયો કે ઘરવાલીનીજ છોકરી સુવાવડીમાં ખરાબ હાલતમાં આવી પડી અને ડાકટરે તેને માલા ઉપર લેઈ જવાને ફરમાવીયું; પેહેલાં આનાકાની કીધી પણ જારે ડાકટરે દમ ભરાવીને કહીયું કે જે તે ઉપર નહીં લેઈ જશેતો તેની છોકરી મરી જશે; તારે પોતાની મતલબ જલવવાને માટે જે કાંમ બીજાને કરવા દેવામાં આડી પડી તેજ કાંમ પોતે ખુશોથી કીધું. શું આપણા લોક મતલબીઆંછે !

ડા૦—એવા દાખલાઓ મારી અજમાયેશમાં ઘણાં આવીયાછે; અને આજ સુધી મેં જોયુંછે, કે અડકાયેલી અથવા સુવાવડી ઝોરતને જારે ફરમાવામાં આવેછે તારે માલા ઉપર લેવા વગર રહેતાં નથી. જે આપણા લોકો સુવાવડી અથવા અડકાયેલી ઝોરતોને મા

લા ઉપર રહેવાને અડચણ જાણતાં હોયેતો તેઓને બીજા કાંઈ પણ ઉપાયે સોધી કાઢાડવો જોઈયે. સુવાવડીને માલા ઉપર લેઈ જવાની અડચણ વીશે બોલતાં મને અહીં જણાવવું જોઈયે, કે આપણા લોકો માં હજુર કેટલાંએક વેહેમી અને અસાની રહી ગયાંછે કે તેઓ માણસના જાનને પોતાના ધરમને લગતા ખોટા વીચારો આગલ કું અ ગણતાં નથી. મેં જે તરણ દાખલા જોયાછે, કે જારે સુવાવડીને માલા ઉપર લેઈ જવાને માટે લલામણ કરવામાં આવીછે તારે સુવાવડી નાં સગાં તરફથી આ પરમાણેનો જવાબ મલેલોછે. “જે થવાનું હશે તે થશે, પણ હમારેથી અભેખર થાયે નહી.” એવાં લોકોને તે વખતે શું જવાબ આપવો તે કાંઈ સમજ પડતી નથી.

શી:૦—તમે કહોછો તે ખરી વાતછે. આપણી ધરવાલી પણ પોતાની છોકરીની સુવાવડ વખતે એમજ બોલતો હતી; પણ એટલું જલું થયું કે તેની સુધ જલદીથી ઠેકાણે આવી.

૬૧૦—સુવાવડી અથવા દસતાન વાલી ઓરતને આપણા લોકો માં ચોખ્ખાં માણસો અડકતાં નથી અને તેથી જારે બચાંને ચોખ્ખી જગા ઉપર આપવું પડેછે તારે તેને તદ્દન નાશું કરીને ભોંયે ઉપર મુકેછે અ ને તાંહાંથી ચોખ્ખું માણસ તે બચાંને ઉચકી લેછે. એવી રીતથી બચાંને વારેઘડીએ નુકસાની થાયેછે; અને હું ખાતરીથી કહું છું કે એવી વખતે બચાંને ઉપલીયું થાયેછે તેનું કારણ ઘણું કરીને એવી રીતથી બચાંને લે મુક કીધાથી થાયેછે. જે તમે તમારો બંરડો ઉઘાડો કરીને જમીન ઉપર લગાડોતો તમે તરત ચોંકીને પાછાં ઉઠશો; તમને તે ગમશે નહી. હવે મેં આગલ સમજાવીયું હતું કે બચાંની ચામડી એટલીતો નાજુકછે અને તેની ઉપર એટલીતો નરવ પંથરાયેલીછે કે જારે તેને ગરમ કપડાંમાં વીતાલેલી હાલત માહેથી તરત થંડી જમીન ઉપર મુકવામાં આવેછે, એટલે તેને એટલી ઈજા થાયેછે કે તે રડી પડેછે; ઘણી વેલા ચોંકેછે અને કોઈ વખતે તરત ઉપલીયું થઈ આવેછે. એ રીત ઘણીજ ધીકારવા જોગછે. જે બચાંને ચોખ્ખી જગા ઉપર એ ઉપાયે સીવાએ અપાયેજ નહી, તો બેહેતર એછે કે માએ તે બચાંને પોતાની સાથેજ રાખવું. કદી પણ ચોખ્ખી જગા ઉપર આપવું નહી; અને જે કદાચ આપવું પડેતો હું એટલી હીમતથી કહું છું કે તેને જમીન ઉપર મુકીને આપીયા કરતાં ઉછાલીને આપેતો વધારે ઠીક પરવરશે.

શી૦—એ વીશે હમે શું કહી શકીયે. હમુને એમાં કાંઈ સમજ નહી હતી; હમુને એવો કદી વીચાર નથી આવ્યો કે એમ કીધાથી બચાંતી તબીબેત બીગડેછે. જો તમે કહોછો તેમ હોયે, તો હું ધારૂં છું, કે જે માએ એ જાણીયા પછી જો બચાંને એ રીતે ચોખી જગા ઉપર આપેતો તેના જેવી હેમક અને કુશટ બીજ કોઈ નહી કેહેવાયે.

ડા૦—તમારી એવી ઉલટ જોઈને હું ખુશી છેઉં. હું આશા રાખું છું કે તમારી આ બીજ બેહેનો પણ તમારા જેવાજ વીચાર રાખતાં હશે.

શી૦—તેઓના આગલ એવા વીચારો નહી હોયેતો તેમાં હું તેઓના વાંક કોહાડતી નથી. કાંયેકે તેઓને હાલ સુધી કોઈ સમ જાવનારૂં હતુંજ નહી. પણ તમે જે મેહરબાંનીની રાહ મેહેનત લેઈ ને હમુને સમજણ આપોછો તે પછી જો હમે આગલા જેવાજ વીચારો રાખીયેતો હમારા જેવાં હેમક બીજાં કોઈ નહી હોયે.

સા૦—સુવાવડીના પરડા કેયારે નીકલી જશે વારૂં !

ડા૦—ફીકર નહી; જે વખત જાયેછે તેમાં એક દગલું આગલ બરાતું જાયેછે. થોડી મુદતમાં આપણી ઉમેદ પુરી પડશે. વારૂં સાહેબો, બેહેનો હું રજા લેઉં છું.

સયલાં જન—ડાકટરજી આવજો, સાહેબ મેહરબાન.

તનદરોસતીને લગતી હીંદુઓની રીતભાંત.

બદનની સફાઈ.

તનદરોસતી જાલવવામાં બદનની સફાઈ એક બીજ અગતની જરૂરીયાતછે. થોડી બાબદમાં હીંદુ લોકો ઘણી સુઘડાઈમાં ગણાયેછે, અને કેટલાએક અસલી લોકો કરતાં અને હાલના કેટલાએક જે સુધારામાં પંકાયેલાછે તેઓ કરતાં એ બાબદમાં વધારે સરસ નીકલેછે. હીંદુ શાસતર બદનની સફાઈને મારે કલામોથી પુરછે. નાહાવાને મારે જે છુટપણેથી પાણી વાપડવાને ફરમાવીયુંછે તે કોઈ વેલા હૃદયી જે યાદા કરવામાં આવેછે. કેટલાએક જણ જો જરા ઘર માહેથી પગબાં હેર કાહાડેછે અથવા પોતાનો હાથ પોતાના બદનને લાગેછે અથવા જો છીંકેછે તો તેને નાહ્યા વગર ચાલતુંજ નથી. મનુના કેહેવા પર

માણે બદનનો ચીકાસ, લોહી, જાહાડો, કાનનો મેલ, નખ લેવા, બલ ગમ, વ્યાંશુ, વ્યાંખના ચીપરા અને પસીનો બદનની ગલીચી કેહેવા પેછે અને તે સાફ કરવાને માટે પુશકલ પાણીની જરૂર શાસતરમાં જણાવીછે. ટુકાંમાં, બદનની ગલીચી માતરે પાણીથીજ સાફ થઈ શકે છે. મોહોડું, હાથ, પગ ઘોવા તથા બદન ઉપર પાણી વારેઘડીએ છાંટીયા સીવાએ, બંદગી કરીયા અથવા ખોરાક લેવા આગમજ દરેક જણે દીવસમાં એક વખત પણ વ્યાખુ બદન પાણીમાં ઘોવાને ધરમનું કરમાનછે. તનદરોસતીની નજરે જોતાં એ નાહાવાની અસર બદન ઉપર ઘણી કાયેદાકારકછે. શાસતરમાં મેલાં કપડાં પેહેરવાની મનાઈ છે. જાંહાંસુધી એક માણસ પોતાના બદન ઉપર સાફ કપડાં પેહેરે નહીં તાંહાંસુધી તે ધરમનું અથવા કીરીયાનું કામ અથવા ધરબારનું સાધારણ કામકાજ કરવાને તદ્દન નાલાયેકછે. ધરબારને લગતી હરેક કાંઈ ચીજ જાંહાંસુધી કાંઈ પણ રીતે સાફ કરવામાં નહીં આવે તાંહાંસુધી તે નજીસ ગણાયેછે. સહવારના ઉઠતાંનેવારે બીજું કામકાજ કરીયા આગમજ ધરનો કચરો કાહાડીને છાનથી લીપવું જોઈયે. રાંધવાના વાસન પછી તે તરાંખાના, લોહોડાંના, પીતલના, કલઈ અથવા સીસાંના હોયે તેને વાપડવા આગમજ રાખ, ખતાસ અને પાણીથી સાફ કરવાં જોઈયે. ધરને લગતી જમીન છાનથી લીપીને અથવા પાણી છાંટીને અથવા તેને વારીને સાફ કરવી જોઈયે. હીંદુ લોકોના પોતાની અથવા ધરબારની સઘલી સુઘડાઈને લગતા કલામો કેહેતાં ઘણું લંખાન થઈ જાયેછે. હાલ જેટલું કહીયુંછે તે ઉપરથી માલમ પડશે કે શાસતરના કલામો પરમાણે કાંઈ જમાનાનાં જમાના થયા હીંદુ લોકો સુઘડાઈ જાલવતા આવીયાછે. પણ એ અસલી કલામો હાલની અજમાયેશ પરમાણેના તનદરોસતીના કાયેદા સાથે કેટલા મલતા આવેછે તે દરેક ડાકટર અથવા તનદરોસતીની હાલત સુધારનારા લોકોનું ધેયાન પોંહાંચાડવા જોગછે. વગર શકે બદનને ઘોવું એ સફાઈ રાખવાનો સઉથી સરસ ઉપાયેછે. તેની મોટી મતલબ એછે કે આમડીને પોતાનું કામ જે પસીનો બાહર કાહાડવાનુંછે તેને લાયેક હાલતમાં રાખવી. એ પસીનો ખોલી રીતે નીકલે એ તનદરોસતીની બાબદમાં ઘણું અગતનુંછે; કાંયેકે જરે તે બંધ થાયેછે તારે દરદ થયા વગર રહેતું નથી.

પસીનામાં પાણી સીવાએ કેટલાએક ખાર અને આરગાનીક વ સત્તુ હોયે છે કે જે ઘટ હોવાથી પાણીની મીસાલે બાફતી માફક ઉડી જતાં નથી પણ ચામડી ઉપર થરી રહે છે. જે જેને કાંઈપણ આપણા ઉપાયોથી કાઢાડી નહી નાખીયેતો ચામડી ઉપર એક કઠીણ પર બંધાયે છે અને તેથી પસીના બાહર નીકલતો અટકે છે. વારેઘડીએ આંગ ઘોવાથી એ અથવા બીજી ચીજો ચામડીની સપાટી ઉપર એકઠી થતી અટકે છે અને ચામડીના આંધરાં ખોલાં હોવાથી પસીના ખોલાસથી છુટે છે.

દેશી લોકો નાહ્યા આગમજ આંગ ઉપર તેલ લગાડવાની રેવ, પસીનાનો અટકાવ કરે એવું લાગે છે; પણ આ જેવા ગરમ દેશમાં તેલ ચોપડીયાથી ચામડી નરમ અને થંડી રહે છે અને જોકે તે પસીનાનો તદ્દન અટકાવ કરતું નથી, તોયપણ પુશકલ પસીના કે જોયો બદનમાં નબલાઈ પેદા થાયે છે તેનો તેથી અટકાવ થાયે છે. વલી તેલ નાહાતી વખતે અને કપડાંથી નુછાઈ જાયે છે. માતરે અંજાણા અને ગરીબ લોકો રાઈતું તેલ પુશકલ ચોપડે છે અને નાહીને આંગ નુછીયા વગર આંગ ઉપર તેલનો થરો લેઈને પોતાને ધંધે વલગે છે. ચામડી ઉપરના કપડાં વારેઘડીએ બદલવામાં પણ સફાઈને ઘણી મદદ મલે છે અને તે નાહ્યા બરાબર થોડી રીતે ગણવામાં આવે, કાંયેકે કપડાં કેટલીએક ગલીચીને ચુસી લે છે અને કપડાં બડલીયાથી તેની સાથે જાયે છે. એ બાબદસર હીંદુ લોકોમાં એક ઘણું અછો કલાંમછે. મનું કહે છે, કે “જે બરાહમણનું પોતાનું ઘર હોયે અને પોતાનો ખોરાક મેલવી શકે તેણે કદી ભુખે મરવું નહી; અને જેની પાસે શું જાસ હોયે તેણે જુના તથા મેલાં કપડાં પેહેરવાં નહી.” માતબર લોકો દાહાડામાં બે વખત ઘોતાં કપડાં બદલે છે. મનુ ઘોલીની પણ ફર જો સમજાવે છે. “ઘોલીએ પોતાના ઘણીના કપડાં થોડાં થોડાં અથવા કટકે કટકે સાલમાલીનો સાફ લાકડાં ઉપર ઘોવાં અને જલદીથી નહી ઘોવાં; એકના કપડાં સાથે બીજાના કપડાં ભેલી નહી નાખવાં અને ઘણી સીવાએ બીજા કોઈને પેહેરવા દેવાં નહી.” વચ્ચે વાઘેના લોકોથી ઘોલીના ઘોયેલાં કપડાં દરરોજ પેહેરવાને બનતું નથી અને તેથી તેઓ ઘરમાં કુવા અથવા તલાવના પાણીએ ઘોયે છે અને સુરજમાં સુકવીને પેહેરે છે. ઘણા ગરીબ અને મુશ્કેલ લોકો કે જેઓને આંગ ઉપર ફાટેલાં

ચીઠરાં પણ પેહેરવાને બની શકતું નથી, તેઓને મેલાં કપડાં પેહેરીયા સીવાયે ચાલતું જ નથી, તોયપણ તેઓ દીવસમાં એક વખત પણ પાણીમાં બેરેછે, અને લીઝાંને લીણાં પેહેરેછે અને આંગ ઉપરજ સુકા વા દેછે.

હીંદુ લોકોની ધરબારની સુઘડાઈની રીત અજબ રીતે ઉલટી સુલતી હોયેછે; કાંયેકે જારે એક હાથ ઉપર તેઓ દીવસમાં એક કરતાં વધારે વખત ધરનો કચડો કાઢાડીને પાણી સીપેછે, તારે બીજા હાથ ઉપર તેઓ ધરના કચરા પુજાને ધરમાં એ કઠો થવા દેછે અને પોતાના નાક આગલ કોહોવા દેછે અને તેથી સઘલી હવા ખરાબ થાયેછે. કદાચ એ રીત હવાની તથા મલેરીયાની ખુબીથી તેઓનો અંજાણપણાને લીધે હશે. હીંદુ લોકો બખરચી ખાનાની સફાઈ ઉપર વધારે ઘેયાન આપેછે, તેને દરરોજ છાનથી લી પેછે; કાંયેકે શાસતર પરમાણુ છાન સફાઈ કરનારી ચીજો માંહેની એ ક ચીજ ગણાયેછે. છાનમાં વગર શકે ખરાબ વાસનો નાહાસ કરવાની ખુબીછે અને હાલ ડાકટરોની પરવાનગીથી મુકસીલની તુરંગો અને બીજી જાહેર ઈમારતોને સાફ રાખવાને વાપડવામાં આવેછે.

હીંદુ લોકોના સુઘડાઈના વીચાર ધરમ સાથે વીતલાયેલા રહેછે. તેઓનું નાહવાનું, તેઓના હામખાનાઓ, તેઓના પોશાક બદલવાનું, તેઓના ધરબારની સફાઈ, એ સઘલા ધરમને લગતા ભાગો છે, પણ તેઓનો તનદરોસતીને લગતા કાંયેદાઓ સાથે કાંઈ પણ એ ચાલ રાખીયો નથી. એથી ઉલટું તેઓના તનદરોસતીને લગતા કાંયેદાઓ ઘણાજ વીગતવાર સમજાવીયાછે અને એટલી નકામી બાબ દો ઉપર બારીકીથી જણાવીયું છે કે એવું કોઈ પણ કોમમાં જોવામાં નથી આવતું. આ જોવા ગરમ મુલુકમાં કે જાંઠાં દરદના કારણે પુશકલ હોયેછે અને ઘણા જોરમાં કામ કરેછે, કે માણસજાત તેઓ ઉપર ઘેયાન નહીં આપીયાથી અથવા બેદરકાર રહેયાથી જે દુખો આ વી પડે, તે માહેથી બંચાવ કરવાને માટે ધરમની મદદની ઘણી જ રૂરછે. ડાકટર મુખ્યાત પોતાના હીંદુ વઈદકના રસાલામાં ઘણીજ રાસતીથી જણાવેછે, કે “ જાતી ફરજ કે જેમાં નાહવા ઘોવા તથા પોશાકને લગતી સઘલી રીતભાંત આવેછે, તે એવી રીતે ચાકસાઈથી દેખાડીછે અને એવી સાફ અને સમજી રીતે પાલવાને ફરજ પાડીછે કે

તે લોકોની નીતી અથવા ધરબારની રીતભાંતને ઘણીજ અજબ રીતે મલતી આવેછે. સુઘડાઈની તેવ અને વારેઘડીએ નાહાવાનું અથવા તેલ ચોપડવાનું આખરૂવાલા માણસની ધરમની ફરજછે અને તે ખરેખર તનદરોસતી જાલવવાને જરૂરનીછે. ”

ડાક્ટર એવરજ પણ જાહેર તનદરોસતીના કાયદાઓને લગતાં લા શાણોમાં એમ કહેછે, કે જાતી ગલીચી હીંકુ લોકોની કદી પણ વીશેશ ગુણ હોયે નહીં; ઘણું કરીને સઉથી હલકે વાઘેના અને જે ઘણીજ ગરીબ હાલતના હોયેછે તેઓજ માતરે ગલીચ રહેછે.

હંદગી લાંબી રાખવાની કલા.

આડ પાનની હંદગીની લંબાઈ.

માણસની હંદગી વીશે અને તેની લંબાઈ વીશે જે કાંઈ પણ ચોકસ ખેવાલ કરવો હોયે અને હંદગી લાંબી શી રીતે રહે તેના કાંઈ પણ ધડો લેવો હોયેતો તે આડ પાન અને હલકાં જાનવરોની હંદગી તપાસીયાથી બનેછે. આડ પાનની નજદીક ૪૦ હજાર જુદી જુદી જાતછે; અને દરેકના આકાર, બનાવત, કદ અને હંદગીની લંબાઈમાં કેટલો ફરક રહેછે. આપણે જે કેટલીએક ચીજ ઉપર ડુગ જોઈએછ તે વનસપતીછે અને તેની હંદગી માતર બે કલાકનીછે; વલી સીદર નામનું આડ એક હજાર વરસ લગી જીવેછે; એ બેઉમાં કેટલો ફરક ! ઘણું કરીને આડ પાનની હંદગીની લંબાઈ પરમાણે તરણ જાત કરવામાં આવીછે. તેમાં કેટલાંએક વસંત રૂતુમાં પ્રેદા થાયેછે અને શીયાલામાં મરણ પામેછે; તેઓનો હંદગી ખરાબર જોઈએ તો છ મહીનાની હોયેછે; બીજી જાત બે વરસ લગી જીવી શકેછે અને ત્રીજી જાત ચારથી તે હજાર વરસ લગી જીવેછે.

જે આડો નરમ અને પાણીથી ભરેલાં હોયેછે અને જેઓના લાગો ઘણા નાજુક હોયેછે તેઓનો હંદગી ટુક હોયેછે અને એક અને ઘણું તો બે વરસ લગી જીવી શકેછે. જેઓના લાગ ભેરાવર હોયેછે અને જેમાં મક્કમ રસ હોયેછે, તેઓ વધારે લગી જીવેછે; પણ ઘણા વરસ જીવવાને માટે આડ પાનમાં લાકડાંનો લાગ ઘણો જરૂરનોછે.

જે આડ પાન એક અથવા બે વરસ જીવી શકે છે તેઓમાં પણ ફરક જોવામાં આવે છે; જે વગર વાસ તથા સવાદના હોય છે તેઓ, જે માં ઘણો જોરાવર વાસ હોય છે અને જેમાં તેલ અથવા અરક હોય છે તેઓ કરતાં ટુક જીવે છે. ઘઉં, જવ, અને સઘલી જાતનો અનાજ એક વરસથી વધારે જીવી શકતા નથી; પંજુ કુદનો, પેપરમીતટ, ઇં તીયાદી બે વરસ લગી અથવા વધારે જીવી શકે છે.

આડીઓ અને નાહાના આડો ૬૦ અથવા એથી બેવરસ વરસ લગી જીવી શકે છે. દરાખનો વેલો ૬૦ થીતે ૧૦૦ વરસ લગી જીવે છે અને મોટી ઉમર લગી ફલદ્રૂપ રેહે છે.

જેઓ ઘણી મોટી ઉમરે પુગે છે તેઓ સહથી મોહાટાં, જોરાવર અને કઠીણ આડો હોય છે. એમાં પીપલો, વર, લીંબુ, સેંહેંતુર, તાર, ઇંતીયાદી આડો આવે છે.

જે આડો ઘણાં જલદીથી ઉગી અને વધી નીકલે છે, તેઓનું લાકડું હમેશાં થોડું જડ હોય છે અને તેઓની જાંદગી જરા ટુંક હોય છે. મોટાં, ઉંચાં અને જેની ઢાંખલીઓ પંથરાઈ જાય છે તેઓ કરતાં નાહાનાં આડો ટુક લગી જીવે છે.

જેઓનાં ફલ રસરસતાં, કુમલાં અને નાજુક હોય છે તે, જે આડો વાંઝીયાં હોય છે અથવા જેઓનાં ફલ નકામાં હોય છે, તેઓ કરતાં ટુક લગી જીવે છે; અને તેઓમાં વલી જેનાં ફલ બોર જેવાં અથવા જેમાં થીરીયા હોયે તેઓ, જેના ફલ બડામ જેવાં કોટલાંમાં રહે, તેઓના કરતાં ટુક લગી જીવી શકે છે.

પેર અને આપલ જેવાં આડો જે માવજતથી રાખીયાં હોયે તો તેઓની જાંદગી વધીને ૬૦ વરસની થાય છે; અને ખસુસ જે તેઓની ઉપર જે લીલ ચડે છે તે કાહાડી નાખી હોયે તો.

જે આડોના પાતરાં અને ફલ જલદીથી થતાં નથી, અને જે વલી જલદીથી ખરી પડતાં નથી તેઓ, જેઓમાં એ કામ જલદીથી બને છે તેઓ કરતાં વધારે લગી જીવે છે. ખેડેલાં આડો જંગલી કરતાં ટુક જાંદગીના હોય છે; અને જે મીયાં ફલ પેદા કરે છે તેઓ જે ખાતાં ફલ પેદા કરે છે તેઓ કરતાં ટુક મુદત જીવે છે.

જે આડના થડ આગલથી દર વરસે મોટાડી ઉમેડી કાહાડી હોય છે તેઓ વધારે જોરાવર અને ફલવંત થાય છે; પણ તેથી તેની જાંદ

ગી ટુકી થાયેછે. પણ જો એ પરમાણે પાંચ દશ વરસે કીધું હોયેતો; તેની જીંદગી ટુકી થયાને બદલે વધશે. એજ પરમાણે વારંધડીએ પાણી સીપીયાથી અને ખાતર નાખીયાથી ફલમાં વધારો થાયેછે, પણ તેની જીંદગી કમતર થાયેછે.

આડ પાનની ઢાંખલીએ અને કલીએ કાપી નાખીયાથી તેની જીંદગીમાં વધારો થાયેછે.

ઘણા વરસ પછી જો એક બુઢાં આડના ઘડની આસપાસની મતોડી ઉપેડીને નરમ અને છુટી કીધી હોયેતો તેઓના પાતરાં વધારેતા જાં અને જોરેમંદ થશે અને આડ પાછું જીવાન બનશે.

જો આડોનું કદ ઘણું મોટું હોયેછે અને જ્યોનું લાકડું ઘણું ઘટ હોયેછે તેઓ ઘણી લાંબી મુદત લગી જીવેછે. મોટાં કદ ઉપરથી માલમ પડેછે કે તેમાં જીવવાની શક્તી વધુ હોવી જોઈયે, કાંયેકે તેની સંપાટી વધારે હોયેછે, અને તેની શક્તી અપી જતાં ઘણા વીલસ લાગ્યો જોઈયે. પણ જો લાકડું જરૂર કરતાં વધારે ઘટ હોયેછે તો ઉલટું તેની જીંદગી કમતી થાયેછે, કાંયેકે તેથી રસ બરાબર ફરી શકતો નથી.

આડ પાનની જીંદગી ઘણું કરીને તેના અપ અથવા ઘસારા ઉપર આધાર રાખેછે. જો જીંદગીના વધારે અપ હોયેછે તેમ તેના જ લદીથી નાશ થાયેછે; અને જો તેનામાં પેદાશની વધ હોયેછે તેમ તે લાંબી મુદત લગી જીવી શકેછે.

આડ પાનનો ઘસારો હમેશાં થોડો હોયેછે; તેને કાંઈ હીલચાલ નથી. જો મોટો ઘસારો થાયેછે તે ફલ અને ફલ પેદા કરવામાંછે; અને જોનું ફલ અથવા ફલ પેદા થયું એટલે ઘણું જલદીથી ખરણ પામેછે. ફલની નાજીકાઈ કેવીછે, તેના રંગ કેવા ભલકામંદ અને ખુબસુરત હોયેછે. ફલ જાણે આડ પાનનો સીંગારછે; તે પોશાક પેહરીને પોતાનો મોટો તેહવાર ગુજારેછે; પણ તે સાથે તેની જીંદગીની શક્તીનો સઘલો જથો જલદીથી અથવા થોડોવારમાં અપી જાયેછે.

સઘલાં આડ પાનમાં ફલ આવીયા પછી વધવાનું કુવત જતું રહેછે. થોડોવાર તેઓ થમ હાલતમાં રહેછે અને પછી ફરમાવા માંડેછે. કેટલાંએક તદ્દન મરી જાયેછે; પણ મોટાં આડોમાં એ ફરમાવું

થોડા વખતનું હોયછે, અને છ મહીના લગી સુસાર હીને પાછાં પોત તાનું કુવત મેલવેછે અને ફરીથી પાતરાં અને ફુલ થાયછે.

એ ઉપરથી સમજ પડશે, કે જે આડોમાં જલદીથી ફુલ થાયછે તે એ જલદીથી મરણ પણ પામેછે; અને જેમ ફુલ આવતાં વીલમ લાગેછે તેમ તેઓની હસતી જ્યાદે થાયછે. જેને પેહેલાં વરસમાં જ ફુલ આવેછે તેઓ તેજ વરસમાં મરણ પામેછે અને જેને બીજ વરસે પેહેલાં ફુલ આવેછે તેઓ બીજ વરસે મરણ પામેછે. જે આડોને છઠે, નવમે અથવા બારમે વરસે ફુલ આવેછે તેઓ જ બુઢાં થાયછે. એ ઉપરથી આપણી જાંદગીની હાલત પણ સમજ પડી શકશે.

હવે સવાલ એ રહેયોછે કે ખેતી કીધાથી આડ પાનની જાંદગી ઉપર કેવી અસર થાયછે ? ખેતી અને કીસમથી ઘણું કરીને જાંદગી ટુકી થાયછે; અને આ ધારો જોવામાં આવેછે કે એક આડ જો જંગલી હાલતમાં રહેવા દીધું હોયતો, તે બીજું પણ એક જ જાતનું આડ જેમાં ખેતી કીધી હોય, તે કરતાં વધુ લગી જીવી શકેછે. પણ ખેતી કીધાથી હમેશાં જાંદગી કમતી થતી નથી; કેટલાંએક આડ ઉપર સંભાલ લીધાથી તેઓની જાંદગી વધી શકેછે; અને આ વાત સાબિત થાયછે કે આડ પાનમાં પણ સંભાલ લીધાથી જાંદગી વધી શકેછે. હવે એ ખેડ ખેતીમાં ફરક શુંછે ? જાંડાં ઘણી ખેતી કરવામાં આવે છે, તાંડાં ફલ ફુલ તેઓના વખતની આગમન પેદા થાયછે અને તેથી જાંદગીનો ઘસારો અથવા ખપ ઘણો જલદીથી થાયછે. એ જ પરમાણુ કલમ કીધાથી અને બીજી યુક્તિઓ કામે લગાડીયાથી જોકે ફલ ફુલ સરસ અને જલદીથી થાયછે પણ તેની જાંદગી ટુકી બનેછે. વળી ખેતી કીધાથી અને ઘસારા કરતાં પેદાશની વધ વધારીયાથી અને જે જડ લાકડું હોય તેને નરમ રાખીયાથી જાંદગી વધેછે.

એ પરમાણુ તરણ રીતે આડ પાનની જાંદગી વધેછે. પેહેલું, વા રેઘડીએ દાંખલીઓ કાપીયાથી જલદીથી ખપ થતાં અટકાવ થાયછે; એથી જીવ શકતી થોડા ભાગમાં વધુ રહેછે. બીજું, એ જ રીતથી તેને જલદીથી ફુલ આવતાં અટકાવ થાયછે અને તેથી ખપ પણ ઓછો થાયછે. અને તરીજી, થંડી અને હવાની અસર અને ખોરાકની તંગી આવજતથી દુર રાખીને સમાધાન હાલતમાં રાખીયાથી જાંદગી વધેછે.

પણ એ કરતાં સઉથી સરસ રીત આડ પાનની પોતાની નવી પેદાશ કરવાની શક્તીમાં રહેછે. કેટલાંએક આડ પાનમાં એવી શક્તી હોતીજ નહીં અને તે એક વરસમાં મરણ પામેછે. બીજાઓમાં એ શક્તી હોયછે; તે દર વરસે નવાં પાતરાં, દાંખલી અને ફુલ પેદા કરી શકેછે અને તેથી હજાર વરસ લગી જીવી શકેછે.

આઠ અથવા દશ વરસે એક આડ ભર જીવાનીમાં આવેછે અને પછી તે ફુલ પેદા કરવાને શક્તીવાન થાયછે. પણ જો દરેક આડ ફુલ પેદા કરીને કરમાઈને મરી જાયતો પછી કુદરતનું કામ બર આવે લું કેહેવાપે નહીં; એનો અટકાવ કરવાને માટે કુદરતે એવો બંદોબસ ત કીધોછે કે દર વરસે નવી દાંખલી અને કલીઓ ફુટેછે અને બીજા વરસે તેજ દાંખલી મરી જાયછે અને તેની જગા ઉપર થર માહુથી બીજી દાંખલી અને કલીઓ ફુટેછે. એ પરમાણુ એક આડનું થર સલામત રહેછે; પણ દર વરસે તેની દાંખલીઓજ મરણ પામેછે. એ પરમાણુ એક આડ ઘણા વરસ લગી જીવી શકેછે.

ટુકાંમાં, એ સઘલી બાબદો ઉપરથી ખાલમ પડેછે કે આડ પાનની લાંબી જીંદગી આ નીચે જણાવેલી પાંચ બાબદો ઉપર આધાર રાખેછે.

૧. તેને ઘણી જડકથી ઉગવું નહીં જોઈયે.
 ૨. તેની ઉપર ઘણાં અવારાં અને ધીમેથી ફુલ આવવાં જોઈયે.
 ૩. તેનાં ભાગ ઘટ હોવા જોઈયે, પુરવું લાકડું હોવું જોઈયે અને રસ ઘણો પાણી જોવો નહીં હોવો જોઈયે.
 ૪. તે ઘણું મોટું હોવું જોઈયે અને ઘણું પંથરાવું જોઈયે.
 ૫. તેને ખોલી હવામાં ઉંચું બાહર નીકલવું જરૂરનું છે.
- એ ધો આપણી પોતાની જીંદગીને લાગુ પડેછે તે હવે પછી સમજાવશું.



પરચુટણ.

મુંબઈની તનદરોસતી.

મરણ—આપણા શહેરની તનદરોસતી જાલવનાર ડાક્ટરના રીપોર્ટ ઉપરથી માલમ પડેછે, કે જાનેવારીની શીરૂઆતથી તે મારચની આખેરી લગીના તરણ મહીનામાં સઘલાં મલીને ૪,૮૮૮ મરણ થયાં હતાં અને તે ગયા વરસના એજ તરણ મહીનામાં નીપળેલાં મરણ કરતાં ૯૩૧ વધારે હતાં, પણ ગયા દશ વરસની સરાસરી કરતાં ૩૧૪ ઓછાં હતાં. વસતી સાથે સરખાવતાં દર દશ હજાર માણસે ૫૯ મરણ નીપળેછે.

સેંકડે મરણ. વસતી પરમાંણે દશ હજારે મરણ.

| | | | |
|------------------|-------|---------|----|
| તાપથી | ૨૭.૧૯ | | ૧૬ |
| સહીચેડ | ૧૩.૭૭ | | ૮ |
| ગોવરં | ૪.૩૮ | | ૩ |
| કોલારા | ૭.૧૦ | | ૪ |
| અતેશાર | ૪.૧૩ | | ૨ |
| મરડા | ૫.૨૬ | | ૩ |
| ખીજાં દરદો | ૩૮.૧૭ | | ૨૩ |

૧૦૦.૦૦

૫૯

મરદ અને ઓરતની વસતી પરમાંણે જોતાં મરદ કરતાં ઓરતો ઘણી મરણ પામેછે; દર ૧૦૦ મરદે નજદીક ૧૪૬ ઓરતો મરણ પામી હતી.

૬૬ મરણ અકસ્માત તથા જીલમથી થયાં હતાં.

ગઉશીતલા—એ તરણ મહીનામાં ૩૦૨૨ બચાને ગઉશીતલા મુકવામાં આવીયા હતા તેમાં ૨૩૩૨ બચામાં બરાબર ઉઠીયા હતા; ૪૧૨ માં શક રહેયો હતો અને ૨૭૮ માં તદન નીશકલ થયા હતા.

જબરદસ્તીથી ગઉશીતલા મુકવાના ધારા વીશે ડાક્ટર લમસડનના વીચારે જાણવા જોગછે. “ગઉશીતલા જબરદસ્તીથી મુકવા વીશે જે સરકારે બોમબે આસોસીયેશનનો વીચાર માંગીયો હતો, તેમાં તેઓ સાંમણે થયાછે. જે લોકોના ક્યેયાનને માટે એ ધારો પસાર કરવા માંગતા હતા, તેઓ વીશે તેઓને વધારે ખબરછે તેમાં કાંઈ શક નથી; અને કદાચ તેઓ વીચાર આપવા ને પણ પુરતા લાયક હોયે, તોયેપણ આ તરણ મહીનામાં સહીચેડથી ૬૭૩-

મરણ નીપજ્યાં હતાં. આપણી પાસે ઉપાયે છે તે, લોકોને મલી શકતે પણ તેનો લાભ નહીં લીધાથી મરણ પાંખીયાં હતાં, તારે હરકોઈ પણ સવાલ કરે, કે એટલી બધી જનની આવારી આગલ એ ધારાની સામણે અડચણો લેવી કાંઈ પણ રીતે પરમાણુ છે ?

“જળપરદસ્તીથી ગઈશીતલા મુકવાનો કાયદો જેવો આયરલાંડ દેશમાં માલમ પડીયો છે તેટલો કંઈ દેખાઈતો નથી; તાંહાંથી સહીયેડ જાણે નાનુદ થઈ ગયો છે. જુવો—

| | | |
|-------------------------------|-----------------------|---------|
| ૧૮૩૦ થીતે ૧૮૪૧ લગી ૫૮૦૦૬ મરણ | ૧૮૬૬ માં..... | ૧૮૭ મરણ |
| ૧૮૪૨ થીતે ૧૮૫૧ " ૩૮૨૭૫ " | ૧૮૬૭ માં..... | ૨૦ " |
| ૧૮૫૨ થીતે ૧૮૬૧ " ૧૨૭૨૫ " | ૧૮૬૮ ની આગસ્ટ લગી ૦ " | |
| ૧૮૬૪ માં ધારે પસાર થયો તે પછી | | |

“એવા કાયદા આગલ કાંઈપણ તેની સામણે વાંધા આપણને શાંભલવો નહીં જોઈયે.

“જરે સુધરતા વખતમાં મુંબઈના દરેક રેહવાસી ઉપર ધારાઓ લાગુ પાડીયા છે કે જેની દરેજની જાંઘી ઉપર આંકસ રાખે છે, કે જરે તેના પોતાના કાયદાને માટે આ ધારાઓ પસાર કરવામાં આવીયા છે અને તેને તે પરમાણે ચાલવાને માટે ફરજ પાડવામાં આવે છે, તારે આપણા માનવામાં નથી આવતું કે જળપરદસ્તીથી ગઈશીતલા કાઢવાના ધારા પસાર કીધાથી લોકોમાં ધાસતી પેદા થશે, અથવા તેઓના વેહમ જે સઘલી તરફથી તોડવામાં આવે છે, તેની સામણે આપણે * * * જે લોકો વાંધા ઉઠાવે તેઓએ તેનાં કારણો આપવાં જોઈયે અને જે કામ દરેક સુધારે અને ધનિસાંનીયેત કબુલ કરે તેને રદ કરવું, એ નહીં બની શકે એવા જવાબના કરતાં વધારે મકમ પાયા ઉપર થવું જોઈયે.

“એ સુચના વીશે વીચાર કરતાં, એ સવાલની દરેક બાજુ તપાસવાને શું ઉપાયો લીધા હતા, કેઈ શાખસીઓ લેવામાં આવી હતી અને તે શાખસીઓ એવા હતા કે જે ગરીબોની હાલત વીશે પોતાની અજમાયેશથી વીચાર આપી શકે ? કીયા ડાક્ટરોની તપાસ કીધી હતી અને તેઓની શાખસી કેવી મતલબની હતી ? એ સઘલી બાજુ જો બરાબર તપાસી નહીં હોયેતો એ સવાલ ઉપર આપેલો વીચાર બરાબર નહીં કેહવાયે; અને હું ધણોજ દીલસોજીથી અરજ કહું કે એ બાબદ ઉપર ફરીથી વીચાર કરે; શાખસીઓ લેવાને માટે બિહુ કમીશનરે; તેઓ જાહેરમાં કામ ચલાવે અને તેનો હી સાખ જાહેરમાં છપાવે.”

તંનદરોસતી.

જુલાઈ ૧૮૬૯.

મુંબઈ શેહેરનું નરક.

HUMAN ORDURE:—

HOW DISPOSED OFF, IMPROVEMENTS SUGGESTED.

જેમ રસતા માહેનો કચરો પેતારાઓ રસતાઓની બાજુએ ગોઠવીને એકઠો કરવામાં આવેછે અને પછી તે ગાડાંઓમાં ભરીને શેહેરની બાહર લેઈ જવામાં આવેછે, તેમ શેહેરનું નરક દર ઘેર માહેથી તોપલાઓમાં લેઈ જઈને અધરીઓની પાસે ગાડાં ગોઠવીયાં હોય છે તેમાં એકઠું કરવામાં આવેછે; અને પછી તે દરીયામાં નાખી દેવામાં આવેછે. મુંબઈ શેહેરમાં જાંડાં અધરીઓ હોયછે તાંડાં ઘણું કરીને એ ગાડાંઓ રાખવામાં આવેછે. સઘલાં મલીને ૧૪ ઠેકાણાં કીધેલાંછે.

ઘરની બાંધણી વીશે લખતાં વાડાઓની હાલત કેવી રીતનીછે તે આગલ જણાવી હતી. તેમાં મુંબીય ખાંભીએ બતલાવામાં આવી હતી, કે નરક વાડામાં ઉઘાડું રેહેછે અને તે માહેથી બદબો ઉપર આવેછે; બીજા ખાંભી, નરક એકઠું કરવાને માટે જે તોપલીઓ વાપડવામાં આવેછે, તેથી તે બાહર પડેછે અને જમીનમાં પચેછે. પેહેલી ખાંભી દુર કરવાને માટે વાડાઓની ગોઠવણ બદલવાની ભલામણ કરવામાં આવી હતી; પણ તે હાલને વખતે કરવાને મુશ્કેલછે. બીજા ખાંભી સેહેલથી દુર થઈ શકેછે; તોપલીઓને બદલે લોહોડાંની કરાહ મુકવી જોઈયે. હવે નરક શી રીતે દર ઘર માહેથી લેઈ જવામાં આવેછે અને તાંડાંથી શી રીતે દુર કરવામાં આવેછે અને કાંડાં નાખી દેછે, અને તેમાં શું ખાંભીઓછે તે જાણવી જરૂરછે.

દરરોજ સહવારના પોહારમાં પાંચ વાગાથી તે આઠ વાગા લગી રસતાઓ ઉપર ઘેડાઓ માથા ઉપર એક તોપલો નરકને બરેલો લેઈ જતાં જોવામાં આવેછે. એ તોપલાઓ માહેથી બદખો એટલોતો નીક લેછે કે રાહદારીઓને તેથી ઘણો કમકમાત લાગેછે. એ ઘેડાઓ તરણ ચાર એવી ખેપ કરેછે, પણ જે દુરથી લાવેછે તેઓ એક ખેપથી વધુ કરી શકતા નથી. દરેક ઘરનાં વાડાઓ દરરોજ સાફ કરવામાં આવતા નથી, પણ જે અથવા તરણ દાહાડે ઘેડો આવેછે અને કોઈ વેલા આઠ દીવસ થઈ જાયછે તોપપણ તેની દાદ લેવાતી નથી. વાડાઓ માહેથી જે રીતે નરક લેવામાં આવેછે તે ઘણું જ કમકમાત રીતે કરવામાં આવેછે. એક ટોપલી માહેથી બીજી તોપલીમાં નરક કાહાડી લેવામાં આવેછે; અને જે નરક બાહર પડીયું હોયછે તેને ઘણી વેલા હાથ વતી તોપલામાં નાખેછે. એ વખતે એટલોતો બદખો નીકલેછે કે આસપાસના રેહેવાસીઓને તેથી ઘણું ખમવું પડેછે. આગલ જરે, ઘેડાઓ મીયુનીસીપલ ખાતાના પગારદાર નહીં હતા, તે વખતે તેઓ દરેક ઘર માહેથી વાડો સાફ કરવાને ખાટે પાણી માંગતા હતા; પણ હાલ વાડા અથવા તોપલી પાણીથી સાફ કરવામાં આવતી નથી. ઘેડો નરક લેઈને વાડાને તદ્દન ગલીચ હાલતમાં નાખીને ચાલતો થાયછે. જો તો ખલો બરાયેછે એટલે તે માથા ઉપર ઉંચકીને સુકરર કીધેલા ઠેકાણે લેઈ જાયછે. તોપલો ઘણું કરીને ઉઘાડો રેહેછે અને કોઈ વેલા તે ઉપર કામરીની પતીનું ઢાંકણ કરવામાં આવેછે; જરે તોપલો ઉઘાડો હોયછે તારે તેનો દેખાવ કમકમાત ઉપજાયછે; પણ ઢાંકીયાથી તેની હાલત સુધરતી નથી; બદખો નીકલતો કાંઈ બંધ થતો નથી; અને દેખાવ જોવાને તેવોજ માઠો રેહેછે. ઘેડાઓ ઘણું કરીને છાકટ હોયછે અને જરે એ વખતે તેની એવી હાલત હોયછે, તારે તોપલા માહેથી છલ કાઢીને નરક બાહર રસતા ઉપર પડેછે અથવા તે ઘેડાના આંગ ઉપર પડેછે. એવી કમકમાત ભરેલી રીતે નરક રસતાઓ માહેથી લેઈ જવામાં આવેછે.

એ તોપલાઓ માહેનું નરક ઠેકાણે ઠેકાણે ગાડાંઓ મુકેલાં હોયછે તાંહાં લેઈ જઈને નાખવામાં આવેછે. આજ જે વરસની વાત ઉપર નરકનાં ગાડાંની હાલત ઘણીજ માઠી હતી. તે માહેથી આહુ

બદખો નીકલતો હતો અને મુંબઈ જવાં શેહેરને એક મોટી એમ લ
ગાડનારી ચીજ હતી. એ ગાડાંઓને બદલો હાલ લોહોડાંના બંધબ
સત પીપો પછડાંઓ ઉપર ગોઠવી દેવામાં આવીયાં છે. જે જગામાં
એ પીપો મુકવામાં આવે છે તાંહાં ચાલુ બદખો નીકલીયા કરે છે, કાંયેકે
તે ઘડી ઘડી ઉધાર ઢાંક થયા કરે છે; અને તેથી આસપાસના લોકોથી
રહેવાઈ શકાતું નથી. કેટલાંએક લોકો પોતાના ઘરખાર ખાલી કરી
ને નીકલી જાય છે અને કોઈ તાંહાં રહેતું નથી. ગીરગામ તરફ આ
જ તરણ ચાર વરસ થયાં ગાડાં રાખવાને એક ઠેકાણું નવું કરવામાં
આવીયું છે અને તાંહાં આસપાસ કેટલાંએક બંગલા તંદન ખાલી પ
ડી રહેયા છે. સરકારની પોતાની તાકાત નથી કે કોઈની પણ પડોશ
માં ગલીચી એકઠી થવા દે; જે ધારાઓ પસાર કરીને બીજાઓને ગ
લીચી કરવાથી અટકાવે, રંગારી, અમાર ઇતીયાદીને શેહેરની બાહર
એજ કારણને માટે હંકાલી મુકે, તારે પોતેજ તે ધારો તોડે એ લોકો
ની નજરમાં જીલમ જેવું લાગે છે. જેમ શેહેરની વચે રંગારી અને
અમારના ધંધાથી લોકોની તનદરોસતીમાં નુકસાની થાય છે અને તેથી
એ ધંધાદારીઓને શેહેરમાં ધંધો ચલાવાને મના છે; તેમજ નરકનાં
ગાડાં એક જગા ઉપર રાખવાં અને પડોશીઓની તનદરોસતીની દર
કાર કરવી નહીં એ પોતાના ધારો તોડીયા બરાબર છે; એટલા માટે
નરકનાં ગાડાંઓ એક જગા ઉપર એકઠાં કરવાં અને તેથી પડોશીઓ
ની તનદરોસતીને નુકસાન થવા દેવું મુનાસેબ નથી. કાંઈ પણ બી
જો ઉપાયો સોધી કાઢવો જરૂર છે.

હજીર અસલી બનાવતના થોડાંએક ગાડાંઓ કામે લગાડવામાં આ
વે છે; અને રાતની વેલા તે રસતાઓ માહેથી પસાર થાય છે; તે માહેથી
બદખો એટલોતો હવામાં પાંથરાયે છે કે કેટલી વેલા લોકો ઉંઘ માહેથી
ઉઠીને પોતાની બારીઓ ઢાંકી દે છે. જે બંધબસત લોહોડાંના પીપ
બનાવેલાં છે, તે સહવારના અને આખો દીવસ રસતાઓ ઉપરથી લેઈ
જવામાં આવે છે; તે ગમે તેવાં બંધબસત હોય છે, પણ તે માહેથી થોડો
પણ બદખો નીકલીયા વગર રહેતો નથી.

એ ગાડાંઓ ચીચબંદર આગલ મુંબઈની પુરવ તરફ દરીયામાં
ખાલી કરવામાં આવે છે. ૧૮૫૮ માં તાંહાં જે તાંકી બાંધવામાં આવી
હતી. દરેક તાંકી ૪૦ ફીટ લાંબી, ૭ ફીટ પોહોંલી અને ૭ ફીટ ઊં

ડીછે અને તેમાં ૧૨,૧૫૨ ગાલન નરક માઈ શકેછે. એ તાંકીઓમાં ગાડાં ખાલી કરવામાં આવેછે. એ તાંકીઓ સાથે લોહોડાના નલો જોડેલાછે અને એ નલોનું મોહોડું છેક દરીયામાં ઓટની જગાથી પણ દુર કાહોડવામાં આવીયુંછે. જારે ઓટ અરધી થવા માંડેછે એ ટલે એ નલો ઉઘાડી દેછે અને સઘળું નરક દરીયામાં ચાલીયું જાયેછે. એ નલો વારેઘડીએ બંધ થઈ જાયેછે અને તે વખતે ઘણી મુશકેલી પડેછે. એ વખતે નરકને વરલી તરફના દરીયામાં નાખવામાં આવેછે. આગલ નરકને બાંકબેના દરીયામાં નાખવામાં આવતું હતું, પણ કે ટલુંએક થયું એ જગા ઉપર નરક નાખવાનું બંધ કીધુંછે. જારે ઓટની વખતે નરક છોડી દેવામાં આવેછે તારે એટલોતો બદબો નીકલેછે કે આસપાસના લોકોથી ખમાઈ શકાતું નથી, અને જારે પવન પુરવ તરફથી ફુકેછે તારે તે વાસ શેઠેરમાં ચાલીયો આવેછે.

એ ઉપરથી સમજ પડશે કે મુંબઈ શેઠેર માંડેથી નરક દુર કરવાની રીત ઘણીજ ખાંતી ભરેલીછે; તેથી લોકોની તનદરોસતીને ઘણો બીગાડો થાયેછે અને એ ખાંતીઓ સુધારવાને માટે ઉપાયો લેવા જરૂરછે. જે હાલ વાડાઓમાં તોપલીઓ મુકેછે તેને બદલે લોહોડાના પેના અથવા વાસન મુકાવાની દરેક ઘર ઘણીને જરૂર પાડવી જોઈયે. વાડાઓ સાફ કરવાને માટે હાલ જે ઘેડાઓને પાણી માંગવાની બુખ મારવી પડેછે, તેને બદલે દરેક વાડામાં પાણીના નલ રાખવાની જરૂર પાડવી. એથી હાલ જે વાડાઓ ગલીય હાલતમાં રહેછે તે બંને શે. નહી અને તેથી ઘરમાં રહેનારાઓની તનદરોસતીમાં ફાયદો થશે. હાલ જે દીવસમાં ઘેડાઓ તોપલા લેઈને રસતાઓ ઉપરથી જાયેછે તેને બદલે વાડાઓ રાતની વખતે સાફ રખાવાનો વેતરણ કરવી જરૂરછે. જે રીતે હાલ ગાડાંઓ સહવારે ભરી રાખીને રાતરે લેઈ જવામાં આવેછે તેને બદલે જે રાતરેજ એકઠું કરવામાં આવે અને રાતોરાત ગાડાંઓ ખાલી કરવામાં આવેતો, જે સારો દીવસ બદબો ની કલીયા કરેછે અને જે સહવારના પોહોરમાં માંથો દેખાવ નજરે પડેછે અને રાહદારીઓને તેથી સોસવું પડેછે, તે સઘલી પીડા જતી રહેશે. વલી ગાડાંઓ સાથે જે બલડો જોડવામાં આવેછે તેને બદલે ઘોડા કામે લગાડેતો જે રીતે હાલ ગાડાંઓ હલવેથી ચાલેછે અને આસતે આસતે રસતાઓમાં બદબો પંથરાતો જાયેછે, તેને બદલે કામ જલદી

થી થશે એટલું જ નહીં, પણ બદબો પંથરાવાને વીલમ રહેશે પણ નહીં. તોપલાઓને બદલે બીજા ઉપાયે સોધી કાઢાડવાની જરૂર છે. એક માણસ એક વખતમાં એક તોપલાથી વધારે નરક લેઈ જઈ શકે તો નથી; અને તેથી એકઠું કરવાને ઘણા વખત લાગે છે. તેને બદલે જો ચાર અથવા છ તોપલા માટે એટલી લોહાડાંની પેટી બનાવામાં આવે તેમાં સઘળું નરક ભરે, તેને બંધબસત કરે અને દરેક ઘેડા બે પાંચડાંની હાથની ગાડીની મીસાલે ખેંચી લેઈ જાયે તો તેથી ચાર માણસનું કામ એક જાણ કરી શકશે, વખતમાં બંધાવ થશે અને તોપલા માટે થી બદબો નીકલે છે તેની ધાસતી જતી રહેશે.

ચીચબંદર તરફ જાં હાં લોકોની ધીમ વસતી છે તે તરફના દરીયામાં નરક નાખીયાને બદલે શેહેરની બાહર લેઈ જવું જોઈયે. વરલી તરફનો દરીયો શેહેરથી ઘણો દુર છે અને ચીચબંદરને બદલે તાંહાં નાખીયું હોયે તો ઘણી પીડા નીકલી જાયે. વરલી તરફ કાંઈ વસતી નથી; પણ એક બે યુરોપીયન તાંહાં રહે છે અને દશ બાર યુરોપીયન સાંહાંજની વેલા પુલ તરફ ફરવા જાયે છે તેઓની ખાતરને સાફ એ જગામાં નરક નાખવામાં આવતું નથી. થોડા જાણના સુખ તરફ જોઈને કાંઈ હુજરો તરફ નેગાહ પણ કરવામાં આવી નથી. એ બાબતમાં જલદીથી ફેરફાર થવો જરૂર છે.

પણ નરકને દરીયામાં નાખી દીધાને બદલે હાલના વીદવાન લોકો અને રસાયણ વીદીયા જાણનાર નરકને ખાતરની મીસાલે જમીન સાથે આમેજ કરવાની બલામણ કરે છે; એ વીશે હવે પછી જણાવશું.

તનદરોસતીને લગતી હીંદુ લોકોની રીતભાંત.

કસરત અને ગમત.

HINDOO SOCIAL HABITS VIEWED IN RELATION TO HEALTH.

જોકે કસરત અને ગમત તનદરોસતી જલવવાને મારે ઘણા અગતના છે, પણ મનુના ધારામાં એ વીશે કાંઈ જણવું નથી. રેવા

ડીછે અને તેમાં ૧૨,૧૫૨ ગાલન નરક માઈ શકેછે. એ તાંકીઓમાં ગાડાં ખાલી કરવામાં આવેછે. એ તાંકીઓ સાથે લોહોડાના નલો જોડેલાછે અને એ નલોનું મોહોડું છેક દરીયામાં ઓટની જગાથી પણ દુર કાઢાડવામાં આવીયુંછે. જરે ઓટ અરધી થવા માંડેછે એ ટલે એ નલો ઉઘાડી દેછે અને સઘળું નરક દરીયામાં ચાલીયું જાયછે. એ નલો વારંધડીએ બંધ થઈ જાયછે અને તે વખતે ઘણી મુશકેલી પડેછે. એ વખતે નરકને વરલી તરફના દરીયામાં નાખવામાં આવેછે. આગલ નરકને બાકબેના દરીયામાં નાખવામાં આવતું હતું, પણ કે ટલુંએક થયું એ જગા ઉપર નરક નાખવાનું બંધ કીધુંછે. જરે ઓટની વખતે નરક છોડી દેવામાં આવેછે તારે એટલોતો બદબો નીકલેછે કે આસપાસના લોકોથી ખમાઈ શકાતું નથી, અને જરે પવન પુરવ તરફથી ફુકેછે તારે તે વાસ શેઠેરમાં ચાલીયો આવેછે.

એ ઉપરથી સમજ પડશે કે મુંબઈ શેઠેર માટેથી નરક દુર કરવાની રીત ઘણીજ ખાંખી ભરેલીછે; તેથી લોકોની તનદરોસતીને ઘણો બીગાડો થાયછે અને એ ખાંખીઓ સુધારવાને માટે ઉપાયો લેવા જરૂરછે.

જે હાલ વાડાઓમાં તોપલીઓ મુકેછે તેને બદલે લોહોડાના પેના અથવા વાસન મુકાવાની દરેક ઘર ઘણીને જરૂર પાડવી જોઈયે. વાડાઓ સાફ કરવાને માટે હાલ જે ઘેડાઓને પાણી માંગવાની બુમ મારવી પડેછે, તેને બદલે દરેક વાડામાં પાણીના નલ રાખવાની જરૂર પાડવી. એથી હાલ જે વાડાઓ ગલીએ હાલતમાં રહેછે તે અને શે. નહી અને તેથી ઘરમાં રહેનારાઓની તનદરોસતીમાં ફાયદો થશે. હાલ જે દીવસમાં ઘેડાઓ તોપલા લેઈને રસતાઓ ઉપરથી જાયછે તેને બદલે વાડાઓ રાતની વખતે સાફ રખાવાનો વેતરાણ કરવી જરૂરછે. જે રીતે હાલ ગાડાંઓ સહવારે ભરી રાખીને રાતરે લેઈ જવામાં આવેછે તેને બદલે જે રાતરેજ એકઠું કરવામાં આવે અને રાતોરાત ગાડાંઓ ખાલી કરવામાં આવેતો, જે સારો દીવસ બદબો નીકલીયા કરેછે અને જે સહવારના પોહારમાં માંથો દેખાવ નજરે પડેછે અને રાહદારીઓને તેથી સોસવું પડેછે, તે સઘલી પીડાજતી રહેશે. વલી ગાડાંઓ સાથે જે બલડો જોડવામાં આવેછે તેને બદલે ઘોડા કામે લગાડેતો જે રીતે હાલ ગાડાંઓ હલવેથી ચાલેછે અને આસતે આસતે રસતાઓમાં બદબો પંથરાતો જાયછે, તેને બદલે કામ જલદી

થી થશે એટલું જ નહીં, પણ બદખો પંથરાવાને વીલમ રહેશે પણ નહીં. તોપલાઓને બદલે બીજો ઉપાયે સોધી કાઢાડવાની જરૂર છે. એક માણસ એક વખતમાં એક તોપલાથી વધારે નરક લેઈ જઈ શકે તો નથી; અને તેથી એકઠું કરવાને ઘણો વખત લાગે છે. તેને બદલે જો ચાર અથવા છ તોપલા માટે એટલી લોહાડાંની પેટી બનાવામાં આવે તેમાં સઘળું નરક ભરે, તેને બંધબસત કરે અને દરેક ઘેડા બે પ ઇંડાંની હાથની ગાડીની મીસાલે ખેંચી લેઈ જાયે તો તેથી ચાર માણસનું કામ એક જણ કરી શકશે, વખતમાં બંચાવ થશે અને તોપલા માટે થી બદખો નીકલે છે તેનો ધાસતી જતી રહેશે.

ચીચબંદર તરફ જાં હાં લોકોની ધીચ વસતી છે તે તરફના દરીયામાં નરક નાખીયાને બદલે શેહેરનો બાહર લેઈ જવું જોઈયે. વરલી તરફનો દરીયો શેહેરથી ઘણો દુર છે અને ચીચબંદરને બદલે તાં હાં નાખીયું હોયે તો ઘણી પીડા નીકલી જાયે. વરલી તરફ કાંઈ વસતી નથી; પણ એક બે યુરોપીયન તાં હાં રહે છે અને દશ બાર યુરોપીયન સાં હાં જની વેલા પુલ તરફ ફરવા જાયે છે તેઓની ખાતરને સાડું એ જગામાં નરક નાખવામાં આવતું નથી. થોડા જણના મુખ તરફ જોઈને કાંઈ હજારો તરફ નેગાહ પણ કરવામાં આવી નથી. એ બાબતમાં જલદીથી ફેરફાર થવો જરૂર છે.

પણ નરકને દરીયામાં નાખી દીધાને બદલે હાલના વીદવાન લોકો અને રસાયણ વીદીયા જાણનાર નરકને ખાતરની મીસાલે જમીન સાથે આમેજ કરવાની ભલામણ કરે છે; એ વીશે હવે પછી જણાવશું.

તનદરોસતીને લગતી હીંદુ લોકોની રીતભાંત.

—0000—

કસરત અને ગમત.

HINDOO SOCIAL HABITS VIEWED IN RELATION TO HEALTH.

જોકે કસરત અને ગમત તનદરોસતી જાલવવાને માટે ઘણા અગતના છે, પણ મનુના ધારામાં એ વીશે કાંઈ જણાવેલું નથી. રેવા

જામાં પણ સઘલી જાતની કસરતો તજવામાં આવી છે. ચાલવું, દોડવું નાચવું, સવારી કરવી, ખોટમાં હલેસાં મારવાં, અથવા તરવું કે જે બદનની કસરતો છે, તે જણાવેલી નથી અથવા અકસમાતની ધાસતીથી કદાચળ કરવામાં આવે છે. કલકતા રોવીયુનો એક લખતાર બંગાલી લોકોની રમત અને ગમત વીશે લખતાં જણાવે છે, કે “ બંગાલી લોકોની રીતભાંતનો એક સેહેજ જોનાર પણ કેહેશે કે તેઓની રમત અને ગમત ઘણું કરીને બેસીને કરવામાં આવે છે. જે લોકોની મોટી સંખ્યામાં માહેથી ઈંગરેજ લશકરમાં એક પણ સીપાહી થયો નથી, તે એ કદી પણ લડાયેક કેહેવાયે નહીં. દુનીયામાં જોશોતો એક બંગાલી લડાયેકમાં સઉથી કમતર માલમ પડશે. તેના દેવોએ તેને લડાયેક બનાવીયો નથી. પોચી છાટીના, દુબલા બદનના અને બીહીકના જીવના હોવાથી કુદરતે તેઓને એક બંદુક અથવા તલ વાર પકડવાની મતલબ રાખી નથી. જેમ જાળની ચોપડીમાં એક ધોડા વીશે જણાવીયું છે, કે તે પાહાડની ખીતમાં પંજે મારીયા ક રે છે અને પોતાના બલમાં ખુશી થાય છે, જે શીપાહીને મલવા જાય છે, બીહીકને હસી નાખે છે અને તે કદી બીહીતો નથી; જે દુરથી લડાઈને પારખી શકે છે; તેથી તદ્દન હિલટું, બંગાલી લોક ધીરેથી પોતાના હાથ વાલે છે, હુકો પીયે છે અને એક લાલ દગલાને પોતાને બારણેથી સંભાલથી દુર રાખે છે. આવા ગરમ સુરજમાં રહેવાથી બંગાલી હીલચાલથી નાખુશ છે અને તેથી તે લડાઈમાં માહીતગો રહેવા એ આશા રાખવી ખોટી છે. જરે તેનો એ ધારો છે, કે ‘દોડીયા કરતાં ચાલવું, ચાલીયા કરતાં હલું રહેવું, હલું રહેવા કરતાં બેસવું બેહેતર છે અને સુવું સઉથી બેહેતર છે’, તારે કંઈ પણ ગમત કે જ્યાં મરદી અને જડક જોઈયે તેમાં તે સરસ નીકલે એ આશા રાખવી ખોટી છે. પોતાની ચાલચલણમાં રાંક, રીતભાંતમાં ચાલવું, સવભાવે બીહીકણો, વીચારે સુસત, અને હીલચાલમાં ધીમો, તેથી તેની સઘલી રમત ગમત બેઠાં બેઠાં થાય છે.

“ સેતરંજ, પાસા અને પાનાંનો કારડ એ ચાલાક હીંદુ લોકોની સઘલી રમતોમાં એ રમતો આવી રહે છે. માતખરનાં હાલમાં, વચલે વાધેના લોકોના ચાંડીમાનદખમાં, અને ઝાડના છાયા તલે એ રમતો રંખાયે છે. બંગાલી લોકો ઘણા ભેસરાઉ અને સોખીલા

“ છે. સાથે રેહેવું એ તેઓની જાતી ખુબી છે. દરેક ગાંમમાં લોકો
 “ બપોરે ઉંઘાયા પછી થોડી થોડી ટોલી થઈને વાતચીત અને ગમત
 “ માં કાઢાડે છે; હલકે વાઘેના લોકોને વાસતે હુમણું હુમે બોલતા ન
 “ થી, પણ ઘરસથો માટે કહીયે છે. સાંહાંજના થંડકને વખતે આખરૂ
 “ દાર દેશીઓની ટોલી વારેઘડીએ મોટાં બકલના ઝાડ તલે બેસતાં જોશો
 “ અને તાંહાં તેઓ સેતરંજ, પાસા અથવા પાનાના કારડ રમે છે. થોડો
 “ વખત પૈસાની મગરૂરી અને જાતી ભેદને પડતો મેલીને બરાહમણુ તથા
 “ સુદર લોકો ગમતને માટે સાથે મેલે છે; જે ઘોંઘાત ભરેલા આવાબો અ
 “ ને મોટેથી હસવાના સાધ આવે છે તે તેઓની ગમત અને ખુશી બ
 “ તલાવે છે. હુકો જે બંગાલી લોકોને જરૂરીયાત સામાણુ છે તેથી મીઠ
 “ લસની ગમતમાં ઉમેરો થાય છે, રમત પુરી થયા પછી થોડો વખત
 “ તેઓ છુટા પડે છે અને જારે અંધારૂં થાય છે, તારે ઘરમાં એકઠા મ
 “ લે છે અને ફરીથી ગાયેણુ તથા પાનાના કારડથી ગમત મેલવે છે. ”

બંગાલના હલકે વાઘેના લોકો અને ખેડુતોની રમતમાં બદનની
 ઘણી ચાલાકી, અને કસરત જોવામાં આવે છે. ઉંચે વાઘેના આલસુ
 લોકોથી ઉલટું, તેઓની રમત અને કસરત એવી છે કે જેથી હાથપગ
 ખુબ હીલચાલમાં આવે છે, તેઓનાં બદનની હીલચાલ સુધરે છે અને
 આખા બદનને તનદરોસતી મેલે છે. તેઓની રમતોમાં ઘણી અગ
 તની રમત હાડુગાડુ અથવા કોપાટી છે.

બંગાલના ભરવાડોમાં તીરંદાજ અને ગોફુ સાધારણ ગમત છે.
 ખેતરોમાં તેઓ પોતાના કઠોર ગોફુથી ઘણું દુર લગી પથરો ફેંકતાં
 માલમ પડે છે. ગીલીદાંડા એ બંગાલી લોકોની કરોકેટની રમત છે.
 એ રમત મુખીય કરીને છોકરાઓ રમે છે. જુવાનીયા અને બુઢા ફો
 ઈ કદાચ એ રમતમાં સામેલ થાય છે.

કલકત્તા રીવીયુવાલો વલી કેહે છે, કે “ કુસતી એ બંગાલીના ખેડુ
 “ તોની સાધારણ રમત છે. સઘલી મોસમમાં પણ મુખીય શીયાલા
 “ માં ગામની બાહરે જઈને તેઓ કુસતી રમે છે. કુસતીની જગા ઘ
 “ ણું કરીને ઝાડની હેઠલ હોય છે. કુસતી રમીયા પછી, ખેડુતો યા
 “ સેના તલાવ અથવા નાલાંમાં પડે છે, બદનને સાફ કરે છે અને ઘ
 “ ણી વેલા તરવામાં એકક સાથે હરીફાઈ કરીને ગમત પુરી કરે છે. ”

આ બાબદ ખતમ કરતાં માતરે જણાઉછું કે માતબર દેશીઓની

આલસુ રીતભાંત, ગરીબ ખેડુતોની ચાલાકી કસરત આગલ સરખાવતાં, માતબરોનું પોચું નબલું બદન અને ખેડુતોનું જોરાવર બદન, કે જે દરદોને અછી રીતે હઠાવી શકેછે, તે ફરક જલદીથી સમજ પડી શકેછે.

બચાંની તનદરોસતી,



દાઈની માહીતગારી ઉપર બચાંનાં જીવનો આધાર.

HEALTH OF CHILDREN :—
NECESSITY OF EDUCATED MIDWIVES.

થેરવેલે દીવસે શીરીનબાઈ અને તેની સહીઓ અને સાવકશા તથા તેના દોસતો એકઠા મલીયાંછે; અને ડાકટરની રાહ જોતાં બે ઠાંછે. ડાકટરને આવતાં ઘણોવાર લાગે; અને આવતાંને વાર કેહેવા લાગે, “ માફ કરજો, જરા રોકાણને લીધે અવારૂં થયુંછે; પણ તેનું કારણ હું આજે સમજાવશ. ”

શી૦—કેમ ડાકટરજી, શુંછે ? કોઈ ઘણું આજરોછે કે ?

કા૦—નહી, જે ધાસતી હતી તે જતી રહીછે. હું શું તમોરી આગલ વાત કેહું; આપણા લોકોની કેટલીએક ઓરતો ઘણીજ હેમક અને બેવકુફ હોયેછે; અને તેઓની બેવકુફીથી આજે એક જીવાન છોકરી અને તેનું બચું ખચીતથી ભોગ થઈ પડતે. આપણા મોહો લામાં એક જીવાન છોકરીને આજે સહવારે પેહેલ વેહેલું વેચાવાનું કુખીયું. છોકરી ઘણી નાદાન હતી, લાયકો ચઉદ વરસ હશે. તેણીની ગણતરીમાં કાંઈ બે સમજ થયાથી તે એમ જાણતી હતી કે હજુરતો આઠમો મહીનો ચાલેછે, પણ ખરેખર નવ મહીનો પુરા થવાં આવેલા, અને વેચાતી વખતની કાંઈ પણ તઈયારી કીધેલી નહી હતી. નહી કાંઈ બીછાનું તઈયાર કીધેલું, કે નહી કાંઈ કપડાં ચીઠરાં તઈયાર કીધેલાં, કે નહી કોઈ દાઈને નેમી રાખેલી. બે કલાક થઈ ગયા અને હજુર તે વેંચાઈ નહી કરીને તેના સગાં વાહાલાં ઘભરાતમાં પ

ડી ગયાં. કોઈએ મોવરાનો દારૂ લાવીને પાયો, કોઈએ સુંથ મરીનો કાવો બનાવીને પાયો, અને કોઈએ તેને બે વાઈન ગલાશ ભરીને એ ડીયું પાયું; અને સુવાવડીના ઓરડામાં ધીરજ રાખીને મુગાં રહેવા ને બદલે કલબલાત કરવા મંડી ગયાં; અને દરેક જણ સુવાવડીને વીન આવીયા વગર અમસથું જોર કરવાને ભલામણ કરતાં હતાં. તેવામાં દાઈ આવી; તેણે તપાસ કરીને એમ કહીયું કે કાંઈ નહી, તે એક કલાકમાં વેચાશે; અને સુવાવડીને ઓરડામાં ફેરાઆંતી ખાવા ને ખાટે ફરમાવીયું. એક કલાક થઈ ગયો, પણ કાંઈ વીન વધી નહી અને લોકોની અધીરાઈ અને કલબલાતને લીધે બીચારી સુવાવડી ઘભરાઈ ગઈ અને તેને થાક ચહુડતી ગઈ અને નાતવાન થઈ ગઈ. તેવામાં કોઈએ ડાકટરને તાંહાં વીનનો દારૂ મલશે કરીને એક માણસને મોકલીયું. મારે તાંહાં લેવા આવીયો; તેને મેં ઓરતની હાલત જોયા વગર આપવાને ના કહીયું. તે ઉપરથી તે બીજા ફેકાણે ગયો અને કોઈ ગામતી વઈદ પાસેથી દારૂ લાવીને પાયો. એથી પણ કાંઈ વધીયું નહી અને સહવારની બપોર પડવા આવી. એટલા વખતમાં દાઈ કાંઈ પચાસ વખત તપાસ કરી રહી હશે. છેલે મને બોલાવીયો અને જોઈંછુંતો સઘલો ઘભરાટ માતરે આસપાસના લોકોની અધીરાઈને લીધે હતો. મેં સઘલી ઓરતોને પરડા માટેથી બાહરે જવાને ફરમાવીયું; પણ તેઓ જતાં જાયે નહી. છેલે જરે ધમધમી આપી કે તેઓ એટલાં બધાં હાજરછે તેથી ગરબર ઘણી થાયછે અને તેથી છોકરીને કાંઈ નુકસાની થશે; તારે તેઓ બાહરે ગયાં; પણ બાહરે જઈને મુગાં બેઠાં નહી; તેઓના આવાજતો આવીયા કરતો હતો. મેં જોયું કે સુવાવડીને થોડો વખત આશાયસની જરૂર છે; તેથી સઘલાંને સમજાવીયું કે સુવાવડી હાલ વેચાયે નહી; તેનો છુટક થતાં માત્ર પડશે અને હાલ તેને આશાયેશ આપવાને અને ઓટી વીન નહી અવરાવાની ભલામણ કરી, શેરવો પાવાને ફરમાવીને હું ઘરે આવીયો. ચાર વાગાને એક માણસ દોડતું આવીયું કે “તમુને જલદીથી બોલાવેછે.” જઈને જોઈંછુંતો આગલ કરતાં પરડામાં વધારે ઓરતો એકઠી થયેલી હતી; બીચારી સુવાવડીનો છુટક થયો હતો ખરો, પણ તેનો હાલ દયા ઉપજાવે એવો હતો. તે બેસુધ થઈ ગયેલી, લોકો બરાંનડી અને કોલનવાટર ભર ચોપર કરતાં હતાં,

બચ્ચું જીવતું હતું પણ તેના નારીયો બાંધેલો નહીં અને બીચારી ઓરતને પુશકલ લોહી જતું હતું. જતાંનેવાર પેટેલાં સઘલી ઓરતોને બાહર કાઢાંડી; તોયપણ પાંચ છ જણુતો મુતલગ ગઈજ નહીં; પરડો ઉઘડાવી નાખીયો અને પંખાવતી તેનીના મોઢોંડાં ઉપર પવન નખાવીયો. લોહી ઘણું વેહેતું હતું અને તેનું કારણ બેવકુફ દાઈએ પેટ ઉપર પાટો બાંધેલો નહીં હતો અને બીજાંઓના ઘભરાટમાં તે પોતાનું કામ કરવાને લુલી ગઈ હતી. તરત પેટ ઉપર હાથવતે દબાન કરાવીયું અને પાટો તઈયાર નહીં હતો તે તાકીદથી મંગાવીયો. તપાસ કરીને જોઈશું તો નારીયો ટુટી ગયેલો, ઓર ઘરભસથાનમાંજ રહી ગયેલી અને બચ્ચાંના નારીયાં મોઢેથી સેહેજ લોહી વેહેતું હતું; તરત નારીયો બાંધી લીધો; પણ તેઓ પાસે બાંધવાની કાંઈ દોરી પણ હતી નહીં; કોઈએ મને કાંઈ ચીથડું આપીયું. મેં રેસમી દોરો લાવવા ને હોકેમ કીધો અને કોઈ પડોશીને તાંહાંથી લેઈ આવીયું; તે વતી મેં નારીયો બાંધીયો અને છેડાને કાપવાને માટે કાતર માંગી; તેને બદલે મારી આગલ કોઈએ બુઠી છરી નાખી; તેથી મારો મીજાજ નતો તોજ; પણ તેવામાં કોઈ દાહી ઓરતે જલદીથી કાતર લાવીને નાખી. બચ્ચાંને લોહી ગયું હતું, તેથી તે ઘણું ફીકું અને નબલી હાલતમાં હતું અને જો તેવીજ હાલતમાં થોડોવાર પડી રહેતેતો બચ્ચાંની કાંઈ આશા રહેતે નહીં. એ કીધા પછી ઓર પોતાની મેલે બાહર પડી અને થોડાવારમાં ઓરત હુશીયાર થઈ. જો સુવાવડીને પણ એવી હાલતમાં થોડોવાર રાખતેતો કાંઈ જોવા સરખું થઈ જતે. પીર ઉપર તરત દબાન કરાવીયાંથી લોહી વેહેતું બંધ થયું અને તેથી ઓર પણ બાહર નીકલી પડી. હું કાંઈ મગરૂરી કરતો નથી પણ હું ખચીતથી કહું છું કે જો કોઈ ડાક્ટરને એ વખતે બોલાવીયો ન હતેતો માએ તથા બચ્ચું જીવવા પામતે નહીં; અને જો દાઈને થોડી પણ એ વીંશિની માહીતગારી હતેતો એટલું બધું થતે પણ નહીં.

શી૦—પણ દાઈઓ લાવીયે કાંહાંથી; જટલું આપણે જાણીયેછ તેટલું તેઓ જાણેછે; અને માહીતગાર દાઈઓછે કાંહાં ?

ડા૦—આપણા જોવા સુધરતા તોલામાં જાંહાં દાઈઓની દરરોજ જરૂર પડેછે, તાંહાં એક માહીતગાર દાઈ નથી એ અફશોસ કરવા જો ગણે. જેમ આગલ ગરાંટ કાગ્ગેજના ગરાડીયુએટો નહીં હતા અને

લોકોને તે વખતે મુશ્કેલી પડતી હતી, તેમ હાલ માહિતગાર દાદાઓ વગર મુશ્કેલી પડે છે. સરકારે માહિતગાર ડાક્ટરોની આજ ૨૪ વરસની વાત ઉપર જરૂર જોઈ, પણ જોકે હાલ તેઓ દાદાઓની બાબતથી અંજાણા નથી, તોયપણ તેઓ ઢીલ રાખે છે એ અફસોસ કરવા જોઈએ. પેહેલાં ઓરતોને એ કામને માટે કેળવણી અને માહિતગારી આપવી જોઈએ; અને પછી અનધડ દાદાઓનો અટકાવ કરવો જોઈએ. જુવો, પેહેલાં એ દાદાને સમજ નથી, કે સુવાવડીના પરડામાં હવાની કેટલી જરૂર છે; નહીંતો તે એટલી બધી ભીર થવા દે નહીં. બીજું, જરા શંકત જેવું માલમ પડે છે એટલે તે નીરાશ થઈ જાય છે અને સુવાવડીને તથા આસપાસના માણસોને ઉલટી વગર કારણ બીજું રાખે છે. તરીજું, વેપાયા પછી પીર ઉપર તરત પાતો બાંધવો જરૂર છે તે તેને ખબર હતી નહીં; એથી, તેને ખબર નહીં હતી કે નારીયો તરત નહીં બાંધે તો બચાનો જન ધાસતીમાં આવે છે. એ પર માણે જે સેહેલ માવજત કરવાની છે તેથી તે તદ્દન અંજાણી હતી અને તેથી તેઓથી સાફ થયાના કરતાં ખરાબી વધારે થાય છે.

સા.૦—એ વીશેની આપણી ભલી સરકારને અરજ કરવી જરૂર છે અને જે સરકાર એ વાત માંથે લેશે તે જલદીથી અને પુરતી રીતે બની શકશે.

ડા.૦—એ વીશેનો જલદીથી અંદાજસત થવો જોઈએ; જે વખત જાય છે તેમાં આપણને મોટી નુકસાની થાય છે. હાલ મને ઘણું કામ છે અને આજ અવાજ પણ થયું છે તેથી હું રજા લઉં છું.

સંઘલાં જાણ—ડાક્ટર આવજો.

મુંબઈમાં મરણ.

ધંધાદારી.

DEATHS IN BOMBAY:—

OCCUPATION.

DEFECTS IN THE RETURNS; IMPROVEMENTS SUGGESTED.

મરણોમાં જાણવાનું એક બીજી બાબત છે. કેટલીએક જાતના ધંધાથી તનદરોસતી જલવાયે છે અને તેથી જીંદગી ભાંખી રહે છે; કેટ

લીએક જાતના ધંધાથી દરદો પેદા થાયછે અને તેથી જલદીથી મરણ થાયછે. કેટલાએક ધંધામાં વધુ અને કેટલામાં ઓછી તન શક્તીની જરૂર પડેછે; કેટલાએકમાં માતરે મન શક્તી વાપડવી પડેછે. કેટલા એક ધંધામાં તન શક્તી સાથે ખરાબ હવાનો દમ લેવો પડેછે. કેટલાએક ધંધા ખોલી હવામાં અને કેટલાએક બંધબસત જગામાં કરવામાં આવેછે. એ સઘલી બાબદો ઉપર ઘેયાંન પોંઠોંચાડવું જરૂરછે, કાંપેકે ધંધાદારીની તનદરોસતી એ કારણો ઉપર આધાર રાખેછે. હવે મુંબઈ શહેરમાં મુખીય ધંધાદારી કોણુછે અને તેઓની વસતી પરમાણુ મરણો કેટલાં નીપજેછે, એ બાબદ જાણીયાથી આપણને લોકોની તનદરોસતીના ખેયાલ આવશે, એટલું જ નહીં પણ તે ઉપરથી આપણને એક ધડો પણ મલશે.

મુંબઈ શહેરમાં ૧૮૬૪ માં લોકોની ગણતરી કરવામાં આવી હતી અને તે સાથે જુદા જુદા ધંધાવાલાઓની સંખ્યા પણ ગણવામાં આવી હતી. મરતીયુક્તા રીપોર્ટમાં પણ દર વરસે ધંધાદારીઓનાં મરણ નોંધવામાં આવેછે; પણ તેમાં ઘણી ખામીઓ ખાલમ પડેછે. ઘરના ચાકર સાથે હજમને, કાપડીયા સાથે વણકરને, બેલની ગાડી હાંકનાર સાથે દુધ વાલાને, ખાલી સાથે ઘાસ વેચનારને, સોની સાથે ઘડીયાલીને, કનીયાને દાના દલનાર સાથે, ઘોડાવાલા સાથે ઘોડાના ડાકટર અથવા નાલબંધને, લાપેર સાથે સરકારી સીવીલ ચાકરો સાથે, દારૂવાલા સાથે તાંડી છેવનાર અથવા દારૂ ગાલનાર સાથે, વેપારી સાથે દલાલને, સરકારી સીપાહી સાથે પેનસનરને, સરાફ સાથે તથા કાહાડનારને, છાપખાનાવાલા સાથે કાગડી, ચોપડી બાંધનાર અથવા ચોપડી વેચનાર સાથે, સુથારને લાકડાં વેચનાર સાથે, અથવા હરેક કાંમ કરનાર અને તે કામ વેચનારને સાથે જોડી નાખી યાછે. એક શખ્સ ભારી મેહનત કરીને એક ચીજ બનાવે અને તે ચીજ આલસુ રીતે પડી રહીને બીજા વેચે, તેઓને એકજ કોઠામાં ભેલી નાખે એ જોવી લુલ કોઈજ નહીં હશે; અને એ ઉપરથી કદી પણ ધંધાદારીઓની તનદરોસત હાલત સમજ પડી શકે નહીં. વલી ધંધાદારીઓની ઉમર જાણવી જ ઘણી અગતનીછે, તે મરતીયુક્તા રીપોર્ટમાં કાંઈ ખાલમ પડતું નથી; એવા એક કોઠાની ઘણી જરૂરછે. મુંબઈ શહેરમાં ધંધાદારીઓની સંખ્યા એકસરખી રહેતી નથી; ઘણા જણ દર વ

રસે ધંધાને સાડું બાહરે ગામેથી આવેછે; અને પુશકલ લોકો દર વરસે પોતાને વતને જાયેછે. એટલા મારે જે વરસે વસતીની ગણતરી કરવામાં આવી તે પછીના જે વરસમાં ધંધાદારીઓનાં જીવનમાં મરણ થયાં, તે ઉપરથીજ આ નીચે જણાવેલી ટીપ ઘડી કાઢાડીછે.

ખોલી હવામાં તનની ઘણી મેહુનત કરનારા.

| | વસતી ૧૮૬૪ માં. | મરણ ૧૮૬૪ માં. | મરણ ૧૮૬૫ માં. | દર હજારે સરાસરી મરણ. |
|--------------------------|-------------------|------------------|------------------|----------------------------|
| બેંગારો, હેલકરી, હમાલ... | ૨૦૦૦૮૭ | ૮૭૬૮ | ૮૬૧૩ | ૪૫.૯ |
| ચાકર, હજમ (?), મોદી... | ૫૬૩૨૭ | ૧૪૫૯ | ૧૮૦૫ | ૩૦.૦ |
| ખલાસી... | ૪૦૫૮૪ | ૧૦૭૩ | ૧૧૪૦ | ૨૭.૨ |
| ધાભી... | ૬૭૩૧ | ૨૯૯ | ૩૩૭ | ૪૭.૨ |
| ભીસતી... | ૬૪૧૩ | ૮૬ | ૯૧ | ૧૩.૭ |
| માલી, ખેડૂત... | ૧૪૯૯૦ | ૬૭૪ | ૫૬૭ | ૪૧.૩ |

ખોલી હવામાં તનની થોડી મેહુનત કરનારા.

| | વસતી ૧૮૬૪ માં. | મરણ ૧૮૬૪ માં. | મરણ ૧૮૬૫ માં. | દર હજારે સરાસરી મરણ. |
|--------------------------------------|-------------------|------------------|------------------|----------------------------|
| ખેલની ગાડી હાંકનાર, દુધવાલો | ૧૬૭૪૩ | ૮૪૬ | ૮૧૦ | ૪૪.૫ |
| ઘોડાવાલો ઇતીઆદી... | ૧૫૯૨૭ | ૫૨૦ | ૫૮૫ | ૩૪.૬ |
| લેશકરી માણસ, પેનશનર (?) | ૮૭૭૭ | ૪૯૭ | ૩૯૨ | ૫૦.૬ |
| પોલીસ સીપાહી... | ૧૬૨૦૩ | ૬૦૮ | ૭૬૪ | ૪૨.૪ |
| ભીનારી... | ૨૭૦૪૬ | ૧૩૪૮ | ૧૪૭૩ | ૫૨.૧ |
| નળીયાં, મતોડીના વાસન પ્ નાવનાર... | ૩૩૬૬ | ૭૩ | ૮૩ | ૨૩.૧ |

ઘરમાં ઘણી મેહુનત કરનારા.

| | વસતી ૧૮૬૪ માં. | મરણ ૧૮૬૪ માં. | મરણ ૧૮૬૫ માં. | દર હજારે સરાસરી મરણ. |
|-----------------------|-------------------|------------------|------------------|----------------------------|
| સાંચો ચલાવનાર... | ૧૮૪૯ | ૧૭ | ૧૪ | ૮.૦ |
| તેલી, સાચુ પનાવનાર... | ૩૩૮૫ | ૬૦ | ૬૭ | ૧૮.૬ |
| દરજી... | ૧૨૩૮૯ | ૪૯૩ | ૬૫૮ | ૪૬.૪ |
| સુકાર ઇતીઆદી... | ૩૨૨૮૧ | ૧૦૨૮ | ૯૬૨ | ૩૦.૮ |
| કાપડીઓ, વનકર (?) | ૨૦૭૨૦ | ૧૧૩૯ | ૧૨૫૫ | ૫૭.૭ |

૧૨માં થોડી મેહેનત કરનારા.

| | વસતી ૧૮૬૪ માં. | મરણ ૧૮૬૪ માં. | મરણ ૧૮૬૫ માં. | ૬૨ હજારે સરાસરી મરણ. |
|---|-------------------|------------------|------------------|----------------------------|
| નેસતી, ધાંધી..... | ૧૨૬૭૨ | ૩૩૪ | ૨૪૫ | ૨૩.૦ |
| લીખનાર, ત્રેહિતો..... | ૩૬૨૫૭ | ૭૫૧ | ૬૮૭ | ૨૦.૩ |
| પીઠાંવાલો, તાડીવાલો, હો ટેલવાલા..... | ૧૩૪૫૦ | ૨૮૦ | ૨૭૭ | ૨૦.૬ |
| શરાફ..... | ૩૬૩૬ | ૮૮ | ૮૦ | ૨૩.૧ |
| નેટરવાલો..... | ૨૮૦૨ | ૩૩ | ૧૧૭ | ૨૬.૭ |
| વરસાન બિખર રેહનારા..... | ૧૫૬૩૨ | ૩૮ | ૪૦ | ૨.૫ |

તન સાથે મનની શક્તી વાપડનારા.

| | વસતી ૧૮૬૪ માં. | મરણ ૧૮૬૪ માં. | મરણ ૧૮૬૫ માં. | ૬૨ હજારે સરાસરી મરણ. |
|---------------------------|-------------------|------------------|------------------|----------------------------|
| ડાકટર..... | ૫૪૬૨ | ૪૧ | ૭૫ | ૧૦.૬ |
| લાયેર, સરકારી સીવીલ ચાકર. | ૨૯૯ | ૮ | ૨૫ | ૫૩.૫ |
| ઇન્જનેર..... | ૧૦૬ | ૨૦ | ૪૦ | ૨૮૩.૨ |
| વેપારી..... | ૩૫૮૨૮ | ૧૧૯૩ | ૧૫૧૩ | ૩૭.૭ |

૬મ કાંમે લગાડનારા.

| | વસતી ૧૮૬૪ માં. | મરણ ૧૮૬૪ માં. | મરણ ૧૮૬૫ માં. | ૬૨ હજારે સરાસરી મરણ. |
|-------------------|-------------------|------------------|------------------|----------------------------|
| ગવૈયો..... | ૩૪૬૪ | ૪૧ | ૫૬ | ૧૪.૧ |
| પાદરી..... | ૭૭૨૦ | ૧૮૩ | ૧૫૨ | ૨૨.૮ |
| માસતર, ચેતાઈ..... | ૨૯૮૧ | ૨૯ | ૨૭ | ૮.૭ |
| લીલાંબિવાલો..... | ૧૨૪૩ | ૧ | ૨ | ૧.૬ |
| સોની..... | ૧૧૫૬૩ | ૩૧૩ | ૭૨૨ | ૨૭.૪ |

ગલીચ કંધો.

| | વસતી ૧૮૬૪ માં. | મરણ ૧૮૬૪ માં. | મરણ ૧૮૬૫ માં. | ૬૨ હજારે સરાસરી મરણ. |
|-------------|-------------------|------------------|------------------|----------------------------|
| કુલુખત..... | ૮૫૩૬ | ૪૨ | ૮૧ | ૬.૫ |

ધુમાડામાં કામ કરનાર.

| | વસતી ૧૮૬૪ માં. | મરણ ૧૮૬૪ માં. | મરણ ૧૮૬૫ માં. | દર હજારે સરાસરી મરણ. |
|---|-------------------|------------------|------------------|----------------------------|
| ભયીયારો, બબરચી, હલવાઈ, ભાભરભુજો. | ૨૦૩૫૬ | ૧૮૮ | ૧૯૦ | ૯.૩ |

ખરાબ વાસમાં કામ કરનાર.

| | વસતી ૧૮૬૪ માં. | મરણ ૧૮૬૪ માં. | મરણ ૧૮૬૫ માં. | દર હજારે સરાસરી મરણ. |
|--------------------------|-------------------|------------------|------------------|----------------------------|
| રંગારી | ૨૪૬૩ | ૧૪૭ | ૧૭૮ | ૬૫.૭ |
| ચમાર, જાચી, ચાંમડાં બના- | | | | |
| વનાર | ૬૩૦૫ | ૩૮૬ | ૩૮૨ | ૬૦.૬ |
| માછી | ૧૧૨૫૨ | ૩૦૦ | ૨૨૬ | ૨૩.૪ |
| ખાતકી | ૨૯૭૩ | ૧૨૨ | ૧૫૮ | ૪૭.૦ |

ખરાબ વાસમાં કામ કરનાર.

| | વસતી ૧૮૬૪ માં. | મરણ ૧૮૬૪ માં. | મરણ ૧૮૬૫ માં. | દર હજારે સરાસરી મરણ. |
|-------------------------|-------------------|------------------|------------------|----------------------------|
| મરઘાંવાલો | ૩૨૩૨ | ૩૦ | ૩૬ | ૧૦.૨ |
| ઘેડો, કચરાપતી | ૨૩૫૩ | ૧૦૧ | ૧૭૮ | ૫૯.૬ |
| તંબાકુ, આશીમ, ગાંજો વે | | | | |
| ચનાર | ૪૬૧૦ | ૬૩ | ૮૬ | ૧૬.૭ |

ધાતુમાં કામ કરનાર.

| | વસતી ૧૮૬૪ માં. | મરણ ૧૮૬૪ માં. | મરણ ૧૮૬૫ માં. | દર હજારે સરાસરી મરણ. |
|------------------|-------------------|------------------|------------------|----------------------------|
| કંસારો | ૫૪૧૮ | ૯૨ | ૧૦૪ | ૧૮.૦ |
| લોહાર | ૧૫૫૫૦ | ૧૪૨ | ૧૮૮ | ૧૦.૬ |
| કલછગર | ૨૦૫૨ | ૩૨ | ૩૩ | ૧૫.૫ |

બારીક કરચો દમમાં જાયે એવાં કાંમ કરનાર.

| | વસતી | મરણ | મરણ | દર હજારે |
|--------------------------|-----------|-----------|-----------|----------|
| | ૧૮૬૪ માં. | ૧૮૬૪ માં. | ૧૮૬૫ માં. | સરાસરી |
| | | | | મરણ. |
| કાથાના દોરડાં બનાવનાર .. | ૩૪૦૫ | ૭૦ | ૫૪ | ૧૮૦૦ |
| રેશમનું કામ કરનાર.... | ૫૫૮૯ | ૩૧ | ૬૯ | ૮૦૯ |
| સુતરનું કાંમ કરનાર | ૬૧૦૮ | ૨૭ | ૮ | ૨૦૮ |
| બિનનું કામ કરનારા | ૧૪૧૯૫ | ૪ | ૨ | ૦૦૨ |
| ધોંડધોડો | ૧૭૫૦૭ | ૪૩૭ | ૪૨૭ | ૨૪૦૬ |

એ ટીપ તપાસતાંજ કેટલીએક મરતીયુકની નોંધમાં ખાંમીઓ ન જોઈ આવેછે. વસતીની ગણતરી વખતે જે ધંધો નોંધાવીયો હોયે, તે જ મરણના રીપોર્ટમાં નોંધાવેલો હોયે એવું લાગતું નથી. તેઓની વસતી પરમાણે મરણ ઘણું થોડાં નોંધાવામાં આવીયાંછે, જેમકે—

| | વસતી. | ૧૮૬૪—૬૫ માં મરણ. | દર હજારે સરાસરી મરણ. |
|-------------------------|-------|------------------|----------------------|
| મોદી. | ૪૧૩૮ | ૨૦ | ૨૦૪ |
| હુલકરી, હમાલ | ૮૯૯૭ | ૫૧ | ૨૦૭ |
| ગાંધી | ૩૧૨૯ | ૫ | ૧૦૦ |
| સાંચી ચલાવનાર | ૧૮૪૯ | ૩૧ | ૮૦૦ |
| દાડગોલો વેચનાર. | ૨૨૧૭ | ૩૧ | ૭૦૨ |
| પેરીયો | ૫૫૧૦ | ૪૩ | ૪૦૧ |
| મીઠું વેચનાર | ૧૭૦૨ | ૧૮ | ૭૦૦ |
| રમકડાં બનાવનાર. | ૧૭૪૧ | ૧ | ૦૦૨ |
| ખાંગરીવાલા | ૪૫૦૬ | ૫૭ | ૬૦૨ |
| કોલસાવાલો | ૧૨૦૬ | ૧૯ | ૮૦૩ |
| કાચ, ગલાસ વેચનાર | ૩૦૯૭ | ૧૬ | ૨૦૬ |
| કનીયો | ૫૭૫૪ | ૨૩ | ૨૦૦ |
| હુકા બનાવનાર | ૯૩૩ | ૦ | ૦૦૦ |
| જાખવાલો | ૧૧૫૫ | ૦ | ૦૦૦ |
| વાહાણનો સામાણ વેચનાર .. | ૧૮૩૦ | ૧૩ | ૩૦૮ |
| હોટેલ, પીઠાવાલો | ૧૯૪૮ | ૯ | ૨૦૦ |
| છતરી બનાવનાર | ૨૨૯૧ | ૧ | ૦૦૨ |

| વસતી. | ૧૮૬૪—૬૫ માં મરણ. | ૬૨ હજારે સરાસરી મરણ. |
|-------------------------------|------------------|----------------------|
| વરસાન ઉપર રહેનાર ૧૫૬૩૨ | ૭૮ | ૨.૫ |
| કનટરાકટર ૧૭૮૨ | ૨૦ | ૫.૬ |
| લીલાંગી કરનાર ૧૨૪૩ | ૩ | ૧.૦ |
| ભઠીયારો, બપ્પરચી ઇં. .. ૨૦૩૫૬ | ૩૭૮ | ૯.૩ |
| રંગ લગાડનાર ૨૭૨૦ | ૨૦ | ૫.૬ |
| ફોટોગ્રાફર ૭૩૩ | ૦ | ૦.૦ |
| દામર, તાર વેચનાર ૭૧૧ | ૦ | ૦.૦ |
| સીસાંના નલ સુકનાર ૪૨૦૦ | ૧ | ૦.૧ |
| રેસમ વેચનાર ૫૫૮૯ | ૧૦૦ | ૮.૯ |
| સુતર વેચનાર ૬૧૦૮ | ૩૫ | ૨.૮ |
| ઊનથું કામ કરનાર ૧૪૧૯૫ | ૬ | ૦.૨ |

એ પરમાણુ નબદીક ૧૨૫૦૦૦ માણસની વસતીનો હીસાબ લુ લ ભરેલો જોવામાં આવેછે; તારે બાકીના રહેલા ઉપર કેટલો ભરૂશો રખાઈ શકાયે તે સેહેજ વીચારવાનું છે.

ઉપલી ટીપમાં જમ કેટલાએક ધંધાદારીઓનાં મરણ નોધવામાં આવીયાંજ નથી, તેમ વલી કેટલાએક ધંધાદારીઓનાં મરણ વસતી સાથે સરખાવતાં પુશકલ નોધી દીધાંછે; તેમાં પેહેલી ટીપ ઉપરથી માલમ પડશે કે સીવીલ ઇજનેરની માતરે ૧૦૬ ની વસતી છતાં બે વરસમાં ૬૦ મરણ નોધાયેલાંછે.

હવે પેહેલી ટીપ જુદી જુદી તપાસી જોઈયે. ખોલી હવામાં મેહે નત કરનારા છ ધંધાદારીઓછે. તેમાં માલી અથવા ખેડુત વધારે તદ નરોસત હોવો જોઈયે; કાંયેકે તે સારો દોવસ ખોલી હવામાં ઝાડ પાન સાથે મેહેનત કરેછે; તોયપણ તે છ જણમાં એથો ઉતરેછે. ભીસતી ઉપલી ટીપ પરમાણુ સહથી તનદરોસત ગણાયેછે. બસ, હવે વધારે તપાસ કરવાની જરૂર નથી. અહીંજ અટકવું બેહેતરછે. સઘલી આખી ટીપ ગલત ભરેલીછે અને તે ઉપર જરા પણ ભરૂશો રખાઈ શકાયે નહી.

જુદા જુદા ધંધાદારીઓને શું શું દરદો થાયેછે, તેથી તેઓની જંગી કેટલી લાંબી રહેછે અને તેઓની તનદરોસતી સુધારવાના સુ ઉપાયો લેવા જોઈયે, એ બાબદ ઘણી અગતનીછે અને તે બીજી જોગ વાઈએ આપીશું.



બારીક કરચો દમમાં જાયે એવાં કાંમ કરનાર.

| | વસતી | મરણ | મરણ | ૬૨ હજારે |
|--------------------------|-----------|-----------|-----------|----------|
| | ૧૮૬૪ માં. | ૧૮૬૪ માં. | ૧૮૬૫ માં. | સરાસરી |
| | | | | મરણ. |
| કાથાના દોરડાં બનાવનાર .. | ૩૪૦૫ | ૭૦ | ૫૪ | ૧૮૦૦ |
| રેશમનું કામ કરનાર.... | ૫૫૮૯ | ૩૧ | ૬૯ | ૮૦૯ |
| સુતરનું કાંમ કરનાર | ૬૧૦૮ | ૨૭ | ૮ | ૨૦૮ |
| બિનનું કામ કરનારા | ૧૪૧૯૫ | ૪ | ૨ | ૦૦૨ |
| ઘાંડણોડો | ૧૭૫૦૭ | ૪૩૭ | ૪૨૭ | ૨૪૦૬ |

એ ટીપ તપાસતાંજ કેટલીએક મરતીયુકની નોંધમાં ખાંમીઓ ન જાયે આવેછે. વસતીની ગણતરી વખતે જે ધંધો નોંધાવીયો હોયે, તે જ મરણના રીપોર્ટમાં નોંધાવેલો હોયે એવું લાગતું નથી. તેઓની વસતી પરમાણે મરણ ઘણું થોડાં નોંધાવામાં આવીયાંછે, જેમકે—

| | વસતી. | ૧૮૬૪—૬૫ માં મરણ. | ૬૨ હજારે સરાસરી મરણ. |
|-------------------------|-------|------------------|----------------------|
| ભાદી. | ૪૧૭૮ | ૨૦ | ૨૦૪ |
| ફેલકરી, હમાલ | ૮૯૯૭ | ૫૧ | ૨૦૭ |
| ગાંધી | ૩૧૨૯ | ૫ | ૧૦૦ |
| સાંચી ચલાવનાર | ૧૮૪૯ | ૩૧ | ૮૦૦ |
| દાડગાલો વેચનાર. | ૨૨૧૭ | ૩૧ | ૭૦૨ |
| ફેરીયા | ૫૫૧૦ | ૪૩ | ૪૦૦ |
| મીઠું વેચનાર | ૧૭૦૨ | ૧૮ | ૭૦૦ |
| રમકડાં બનાવનાર. | ૧૭૪૧ | ૧ | ૦૦૨ |
| ખાંમીવાલા | ૪૫૦૬ | ૫૭ | ૬૦૨ |
| કોલસાવાલો | ૧૨૦૬ | ૧૯ | ૮૦૩ |
| કાચ, ગલાસ વેચનાર | ૩૦૯૭ | ૧૬ | ૨૦૬ |
| કનીયા | ૫૭૫૪ | ૨૩ | ૨૦૦ |
| હુકા બનાવનાર | ૯૩૩ | ૦ | ૦૦૦ |
| જાખવાલો | ૧૧૫૫ | ૦ | ૦૦૦ |
| વાહાણનો સામાણ વેચનાર .. | ૧૮૩૦ | ૧૩ | ૩૦૮ |
| હોટેલ, પીઠાવાલો | ૧૯૮૮ | ૯ | ૨૦૦ |
| છતરી બનાવનાર | ૨૨૯૧ | ૧ | ૦૦૨ |

| | વસતી. | ૧૮૬૪—૬૫ માં મરણ. | ૬૨ હજારે સ્ત્રાસરી મરણ. |
|--------------------------|-------|------------------|-------------------------|
| વરસાન ઉપર રહેનાર | ૧૫૬૩૨ | ૭૮ | ૨.૫ |
| કનટરાકટર | ૧૭૮૭ | ૨૦ | ૫.૬ |
| લીલાભી કરનાર | ૧૨૪૩ | ૩ | ૧.૦ |
| ભઠ્ઠીયારો, બપ્પરચી ઇ. .. | ૨૦૩૫૬ | ૩૭૮ | ૮.૭ |
| રંગ લગાડનાર | ૨૭૨૦ | ૨૦ | ૫.૬ |
| પોટોગરાફર | ૭૭૩ | ૦ | ૦.૦ |
| દામર, તાર વેચનાર | ૭૧૧ | ૦ | ૦.૦ |
| સીસાંના નલ ચુકનાર | ૪૨૦૦ | ૧ | ૦.૧ |
| રેસમ વેચનાર | ૫૫૮૯ | ૧૦૦ | ૮.૯ |
| સુતર વેચનાર | ૬૧૦૮ | ૩૫ | ૨.૮ |
| ઊનચું કામ કરનાર | ૧૪૧૯૫ | ૬ | .૨ |

એ પરમાણુ નબદીક ૧૨૫૦૦૦ માણસની વસતીના હીસાબ લુ લ ભરેલો જોવામાં આવેછે; તારે બાકીના રહેલા ઉપર કેટલો ભરૂશો રખાઈ શકાયે તે સેહેજ વીચારવાનુંછે.

ઉપલી ટીપમાં જમ કેટલાએક ધંધાદારીઓનાં મરણ નોંધવામાં આવીયાંજ નથી, તેમ વલી કેટલાએક ધંધાદારીઓમાં મરણ વસતી સા થે સરખાવતાં પુશકલ નોંધી દીધાંછે; તેમાં પેહેલી ટીપ ઉપરથી માલમ પડશે કે સીવીલ ઇન્જનેરની માતરે ૧૦૬ ની વસતી છતાં એ વરસમાં ૬૦ મરણ નોંધાયેલાંછે.

હવે પેહેલી ટીપ જુદી જુદી તપાસી જોઈયે. ખોલી હવામાં મેહે નત કરનારા છ ધંધાદારીઓછે. તેમાં માલી અથવા ખેડુત વધારે તદ નરોસત હોવો જોઈયે; કાંચેકે તે સારો દોવસ ખોલી હવામાં ઝાડ પાન સાથે મેહેનત કરેછે; તોયપણ તે છ જણમાં ચોથો ઉતરેછે. ભીસતી ઉ પલી ટીપ પરમાણુ સહી તનદરોસત ગણાયેછે. બસ, હવે વધારે તપા સ કરવાની જરૂર નથી. અહીંજ અટકવું બેહેતરછે. સઘલી આખી ટીપ ગલત ભરેલીછે અને તે ઉપર જરા પણ ભરૂશો રખાઈ શકાયે નહી.

જુદા જુદા ધંધાદારીઓને શું શું દરદો થાયેછે, તેથી તેઓની જં દગી કેટલી લાંબી રહેછે અને તેઓની તનદરોસતી સુધારવાના સું ઉપાયો લેવા જોઈયે, એ બાબદ ઘણી અગતનીછે અને તે બીજી જોગ વાઈએ આપીશું.



બારીક કર્યો દમમાં જાયે એવાં કાંમ કરનાર.

| | વસતી | મરણ | મરણ | દર હજારે |
|--------------------------|-----------|-----------|-----------|----------------|
| | ૧૮૬૪ માં. | ૧૮૬૪ માં. | ૧૮૬૫ માં. | સરાસરી મરણ. |
| કાધાના દોરડાં બનાવનાર .. | ૩૪૦૫ | ૭૦ | ૫૪ | ૧૮૦૦ |
| રેસમણું કામ કરનાર..... | ૫૫૮૯ | ૩૧ | ૬૯ | ૮૦૯ |
| સુતરણું કાંમ કરનાર | ૬૧૦૮ | ૨૭ | ૮ | ૨૦૮ |
| ઝિનણું કામ કરનારા | ૧૪૧૯૫ | ૪ | ૨ | ૦૦૨ |
| ધોડશેડો | ૧૭૫૦૭ | ૪૩૭ | ૪૨૭ | ૨૪૦૬ |

એ ટીપ તપાસતાંજ કેટલીએક મરતીયુકની નોંધમાં ખાંમીઓ ન જાયે આવેછે. વસતીની ગણતરી વખતે જે ધંધો નોંધાવીયો હોયે, તે જ મરણના રીપોર્ટમાં નોંધાવેલો હોયે એવું લાગતું નથી. તેઓની વસતી પરમાણે મરણ ઘણું થોડાં નોંધાવામાં આવીયાંછે, જેમકે—

| | વસતી. | ૧૮૬૪—૬૫ માં મરણ. | દર હજારે સરાસરી મરણ. |
|----------------------------|-------|---------------------|----------------------------|
| બોદી. | ૪૧૩૮ | ૨૦ | ૨૦૪ |
| હુલકરી, હમાલ | ૮૯૯૭ | ૫૧ | ૨૦૭ |
| ગાંધી | ૩૧૨૯ | ૫ | ૧૦૦ |
| સાંચો ચલાવનાર..... | ૧૮૪૯ | ૩૧ | ૮૦૦ |
| દારૂગોલો વેચનાર. | ૨૨૧૭ | ૩૧ | ૭૦૨ |
| ફેરીયા | ૫૫૧૦ | ૪૩ | ૪૦૦ |
| મીઠું વેચનાર | ૧૩૦૨ | ૧૮ | ૭૦૦ |
| રમકડાં બનાવનાર. | ૧૭૪૧ | ૧ | ૦૦૨ |
| ખાંમરીવાલા..... | ૪૫૦૬ | ૫૭ | ૬૦૨ |
| કોલસાવાલો | ૧૨૦૬ | ૧૯ | ૮૦૩ |
| કાચ, ગલાસ વેચનાર | ૩૦૯૭ | ૧૬ | ૨૦૬ |
| કનીયા | ૫૭૫૪ | ૨૩ | ૨૦૦ |
| હુકા બનાવનાર | ૯૩૩ | ૦ | ૦૦૦ |
| જોખવાલો | ૧૧૫૫ | ૦ | ૦૦૦ |
| વાહાણનો સામાણ વેચનાર | ૧૮૩૦ | ૧૩ | ૩૦૮ |
| હોટેલ, પીઠાવાલો | ૧૯૪૮ | ૯ | ૨૦૦ |
| છતરી બનાવનાર..... | ૨૨૯૧ | ૧ | ૦૦૨ |

| વસતી. | ૧૮૬૪—૬૫ માં મરણ. | ૬૨ હજારે સરાસરી મરણ. |
|-------------------------------|------------------|----------------------|
| વરસાન ઉપર રહેનાર ૧૫૬૩૨ | ૭૮ | ૨.૫ |
| કનટરાકટર ૧૭૮૭ | ૨૦ | ૫.૬ |
| લીલાંબી કરનાર ૧૨૪૩ | ૩ | ૧.૦ |
| ભઠીયારો, બપ્પરચી ઇ.. .. ૨૦૩૫૬ | ૩૭૮ | ૯.૭ |
| રંગ લગાડનાર ૨૭૨૦ | ૨૦ | ૫.૬ |
| શાંટાગરાફર ૭૭૭ | ૦ | ૦.૦ |
| દામર, તાર વેચનાર ૭૧૧ | ૦ | ૦.૦ |
| સીસાંના નલ સુકનાર ૪૨૦૦ | ૧ | ૦.૧ |
| રેસમ વેચનાર ૫૫૮૬ | ૧૦૦ | ૮.૬ |
| સુતર વેચનાર ૬૧૦૮ | ૩૫ | ૨.૮ |
| બિનશુ' કામ કરનાર ૧૪૧૯૫ | ૧૬ | ૦.૨ |

એ પરમાણે નબદીક ૧૨૫૦૦૦ માણસની વસતીના હીસાબ બુલ ભરેલો જોવામાં આવેછે; તારે બાકીના રહેલા ઉપર કેટલો ભરૂશો રખાઈ શકાયે તે સેહેજ વીચારવાનુંછે.

ઉપલી ટીપમાં જેમ કેટલાએક ધંધાદારીઓનાં મરણ નોધવામાં આવીયાંજ નથી, તેમ વલી કેટલાએક ધંધાદારીઓમાં મરણ વસતી સાથે સરખાવતાં પુશકલ નોધી દીધાંછે; તેમાં પેહેલી ટીપ ઉપરથી માલમ પડશે કે સીવીલ ઇન્જનેરની માંતરે ૧૦૬ ની વસતી છતાં બે વરસમાં ૬૦ મરણ નોધાયેલાંછે.

હવે પેહેલી ટીપ જુદી જુદી તપાસી જોઈયે. ખોલી હવામાં મેહેનત કરનારા છ ધંધાદારીઓછે. તેમાં માલી અથવા ખેડુત વધારે તદ્દ નરોસત હોવો જોઈયે; કાંયેકે તે સારો દોવસ ખોલી હવામાં ઝાડ પાન સાથે મેહેનત કરેછે; તોયપણ તે છ જણમાં ચોથો ઉતરેછે. બીસતી ઉપલી ટીપ પરમાણે સઉથી તનદરોસત ગણાયેછે. બસ, હવે વધારે તપાસ કરવાની જરૂર નથી. અહીંજ અટકવું ખેહેતરછે. સઘલી આખી ટીપ ગલત ભરેલીછે અને તે ઉપર જરા પણ ભરૂશો રખાઈ શકાયે નહી.

જુદા જુદા ધંધાદારીઓને શું શું દરદો થાયેછે, તેથી તેઓની જંગી કેટલી લાંબી રહેછે અને તેઓની તનદરોસતી સુધારવાના સું ઉપાયો લેવા જોઈયે, એ બાબદ ઘણી અગતનીછે અને તે બીજું જોગ વાઈએ આપીશું.



ખોરાક :



ખાર—નીમક.

FOOD :—

NUTRITIOUS SALTS.

ગયાં બે આંકોમાં સમજાવીયું હતું કે ખોરાક બદનમાં બે રીતે કામે લાગેછે; કેટલીએક જાતનો ખોરાક બદનનું પોશાણ કરેછે અને બીજી જાતનો ખોરાક બદનની ગરમી સાચવેછે; એટલે ખોરાક બે જાતના આવેછે, એક પોશતીક અને બીજી ગરમી આપનારો. વલી જણાવીયું હતું, કે માણસ એ બે જાતના ખોરાકની મેલવણી વગર કદી પણ જીવી શકે નહીં. ખોરાક ગમે તેવો પોશતીક હોય પણ તે બદનને ગરમી આપી શકતો નથી અથવા ખોરાક ગમે તેવો ગરમી આપનારો હોય પણ તે બદનનું પોશાણ કરી શકતો નથી અને તેથી બેઠની મેલવણીની જરૂર છે.

પણ પોશતીક અને ગરમી આપનારો ખોરાક બે જ મેલવીને આપીયા છતાં પણ જીવંતી ચાલી શકતી નથી. જો એક કુતરાને ફક્ત ઘંડાંની સફેદી ઉપર રાખીયો હોયેતો તે થોડી મુદતમાં મરણ પામશે. જો તેને તદ્દન ચરબી ઉપરજ રાખીયો હોયેતો તેથી પણ જીવી શકશે નહીં; જો સફેદી અને ચરબી બે જ મેલવીને આપી હોયે તોયપણ તેના હાલ તેવાજ થવાના. એમ થવાનું કારણ શું? પોશતીક ખોરાક એ ખલો બદનને પોશાણ શા માટે નહીં આપે અને ગરમી આપનારો ખોરાક એખલો બદનને શા માટે ગરમી પોંડોંચાડી શકે નહીં? તોયપણ કાંઈ હજારો વરસ થયાં માણસ ફક્ત માંસ ઉપર અથવા રોટી ઉપર અથવા દુધ ઉપર પોતાનું ગુજરાણ કરતા આવીયાછે. માંસમાં અલબીયુમેન અને ચરબી, રોટીમાં ગલુટેન અને સટારચ, અને દુધમાં કેઝીન અને માખન આવેછે. માંસ, રોટી અને દુધથી જીવાઈ શકાયેછે, પણ અલબીયુમેન અને ચરબી, ગલુટેન અને સટારચ, અને કેઝીન અને માખનની મેલવણી ઉપર તદ્દન જીવાઈ શકાતું નથી. તારે અલબત માંસ, રોટી અને દુધમાં કાંઈ પણ એવી ચીજ આવતી હશે કે જેથી ફક્ત પોશતીક અને ગરમી આપનારા ખોરાકને ઉતેજ

જુ મલતું હશે. એ તરણે ચીજની તપાસ કરતાં માલમ પડેછે કે તે ચોમાં હમેશાં થોડું અથવા વધારે નીમક અને બીજા ખાર આવેછે; અને એ ખાર હાજર હોવાથીજ બદનતું પોશણ થઈ શકેછે.

આગલ જણાવીયું હતું કે આપણા બદનના દરેક ભાગમાં થોડા અથવા વધુ ખાર આવેછે અને લોહીમાં એ ખાર સીવાએ નીમક વધારે આવેછે. હવે જરે પોશતીક ખોરાકની મતલબ બદનના ભાગનું પોશણ કરવાનીછે, તારે જે ચીજ બદનના ભાગમાં આવે તે ખોરાકમાં પણ આવવી જોઈયે. એટલા માટે ખોરાકમાં ખાર ઘણા અગતનો ભાગછે અને એ ખારને જો પોશતીકનું નામ આપીયેતો તેમાં કાંઈ લુલ નથી. થોડા જણનેજ વીચાર હશે કે નીમક અથવા ખાર બદનનું પોશણ કરેછે. કેટલા જણ હાંશથી કુવત આવવાને માટે ઇડાં અને મતન પુશકલ ખાયેછે, પણ તેઓ એ જાણવું જોઈયે કે એ ઇડાં અથવા મતન, ખારનો જરૂરનો ભાગ આવીયા સીવાએ તદન નકાંમાંછે. એટલા માટેજ તેઓ ઇડાં અથવા મતન સાથે નીમક લેછે; અને જરે આપણો બબરચી ખોરાકમાં નીમક નાખેછે તારે તેને અથવા આપણને થોડોજ વીચાર આવેછે; કે એ વગર સઘલો પોશતીક ખોરાક નકામોછે. જો કદાચ ખોરાકમાં નીમક થોડું પડેછેતો તે ખોરાક આપણથી લેવાઈ શકાતો નથી; એ ઉપરથીજ સમજ પડેછે કે કુદરતે નીમક જેવી એક ઘણી અગતની ચીજ ખોરાકમાં મુકીછે અને તે વગર ચાલેજ નહીં.

હવે જરે નીમક લોહી સીવાએ બદનના કોઈ પણ ભાગમાં આવતું નથી તારે નીમકનો શું ઉપયોગ હશે. પેહેલાં તે લોહીમાં હાજર હોવાથી જ આપણે પાણી પીઈયેછ તેને તરત અંદર ખેંચી લેછે. જમ લોહીમાં એ ખાર વધુ હોયેછે તેમ વધારે પાણી લોહીમાં મુસાયે છે અને એટલા માટે જરે આપણે નીમક વધારે ખાઈયેછ તારે પાણીની તરસ ઘણી લાગેછે. એ ઉપરથી સમજ પડશે કે લોહીમાં નીમક ખાર હોવાથી, બદનમાં પાણી જલદીથી ફરી વલેછે. નીમકનો બીજો ઉપયોગ એ માલમ પડીયોછે કે તે હાજરીમાં હજમીયત કરવાનો રસ પેદા કરવામાં કાંમ લાગેછે વલી નીમકનો ઉપયોગ બદનને તનદરોસત હાલતમાં રાખવાનોછે. નીમક લીધાથી ચામડીને સફાઈ મલેછે; તનદરોસતી જલવાયેછે અને દરંદ જલદીથી ગલખો કરી શકવું

નથી. જે જાનવરોને નીમક મલતું નથી તેઓની આમડી ખભરાયે લી થઈ જાય છે; તેઓ કુબલાં રેહે છે અને જલદીથી કાંઈ દરદ થઈને મરણ પામે છે. વલો નીમકથી હોજરીમાં ખોરાકનું જલદીથી પાચન થાય છે, અલખીયુમેનને તે હોજરીના રસની મદદથી ઘણી જડકથી પી ગલાવી નાખે છે. લોહીમાં નીમકનું પરમાણુ એકજ સરખું રહે છે; જે વધુ નીમક લેવામાં આવે છે તો તે પીશાય અને બીજો રસ તે નીકળી જાય છે.

નીમક સીવાએ બીજો ઘણો અગતનો ખાર ફાસફેટ આફ લાઈમ, અથવા બીજા ખાર જેમાં ફાસફરીક આસીડનો મોટો ભાગ આવે છે. એ ફાસફેટ હાડકાંનો મોટો ભાગ છે; તે ભેજાંમાં, કલેજાંમાં અને ફેફસાંમાં પણ આવે છે. ઘઉં, બાજરી, જવ, ચોખામાં ફાસફેટનો મોટો ભાગ આવે છે. જાનવરોના માસમાં પણ ફાસફેટ આવે છે. કુધમાં પણ ફાસફેટ આવે છે અને જરે કુધ ખરાબ હોવાથી ફાસફેટ કમતી થાય છે તારે બચું ઉધરી શકતું નથી; તે ચાલવાને અથવા બેસવાને અશક્ત રહે છે અને જે ચાલવાની કોશિશ કરાવામાં આવે છે તો હાડકાં મંડાઈ જાય છે; અને તેનું કારણ દેખાઈતું છે. ફાસફેટ હાડકાંનો મોટો ભાગ છે અને જે તે ખારથી હાડકાંને પોશણ નહીં મલે તો તે મંડાઈ જવા વગર રહે નહીં.

બીજો અગતનો ખાર પોટાશનો છે. જેમ નીમક વગર તનદરો સતી જલવાઈ શકાતી નથી, તેમ એ ખાર વગર પણ તનદરો સતી રહેતી નથી અને દરદો પેદા થાય છે. એ ખાર પટેટામાં અને લાજ તરકારીમાં, મુલા, ગાજર, સલગમમાં આવે છે. જેકે પટેટામાં કાંઈ પોશટીક અથવા ગરમી આપનારો ભાગ ઘણો નથી, તોય પણ તે આજ યુરોપખંડમાં પુશકલ વાપડવામાં આવે છે અને એમ કહે છે કે મરફી તથા બીજા ભુરા રોગ એ ખોરાકથી નાબુદ થયા છે; પણ જે હાલ યુરોપ દેશના લોકો તનદરો સતી ભોગવે છે તેનું પટેટો પણ એક કારણ છે; અને તેમાં પોટાશ ખાર આવીયાથી એ ગુણ પટેટામાં છે. થોડાં વરસની વાત ઉપર વાંહાંણુ ઉપરના ખલાસીઓને સફરવી નામનો ભુરો મરજ પેદા થતો હતો અને તેથી ઘણા જાણુ મરી જતા હતા. જરથી લાઈમજુસ (લીમુનો રસ) આપવાનો ધારો પસાર થયો તારથી એ દરદ નાબુદ થયું છે. એ દરદ લાજ તરકારી અને બીજા

વનસપતી વાંહાંણ ઉપર નહી મલીયાથી, અને ખલાસીએને સુકો રોટલો અને નીમકથી આથેલું માસ સીવાએ બીજી કાંઈ મલતું ન હી હતું તેથી પેદા થતું હતું. એ છુત પુરી પાડવાને માટે લાઈ મજીસ દાખલ કરવામાં આવીયેછે અને હાલ માલમ પડીયુંછે કે લાઈ મજીસમાં પોટાશ ખારનો ભાગ આવેછે અને એ ખાર થલું લગી ન હી મલીયાથી એ દરદ પેદા થતું હતું. ઘઉંમાં ફાસફેટ આફ લાઈમ આવેછે પણ પોટાશનો ખાર નથી અને તેથી ઘઉં સકરવીને અટકાવ કરી શકતો નથી.

બીજી અગતનો ખાર કારબોનેટ આફ લાઈમ અથવા સાધારણ ચાકછે. હાડકાંનો કેટલોએક ભાગ એથી બનેછે અને તેથી ખોરાકમાં તેની ઘણી જરૂરછે. આપણે જે પાણી પીએછ તેમાં કારબોનીક આસીડ હવાની મદદથી પીગણેલો ચાક આવેછે. કેટલીએક જાતની વનસપતીમાં, સીંગ અને વરેણામાં ચાક આવેછે.

એ ઉપરથી સમજ પડશે કે જમ અલબીયુમેન, ફાઈબરીન, કેઝી ન પોશતીક ખોરાકમાં ગણાયેછે, તેમ કેટલાએક ખાર ખરેખર પોશતીકછે અને તે વગર જીંદગી ટકી શકે નહી.

મારો ટપકો.



HOROSCOPE:—

WHAT IT SHOULD BE.

દરેક માણસની જનમ પતરી અથવા ટપકો હોવો જોઈયે. ટપકો એટલે શું ? માણસનો જનમ તથા તેની ઉપર પડેલા સુખ દુખની નોંધ એને ટપકો કરીને કેહેછે; ટુકામાં તે એક માણસની જીંદગીનો હેવાલછે. એ ટપકો કેટલો અગતનોછે તે વીથે થોડા જણને ખેયાલ હશે. કોણ મા બાપ પોતાના બચાંતી તવારીખ નોંધી રાખવાને ચા હાશે નહી. પણ હાલ ટપકો આપણા લોકોમાં શી રીતે રાખવામાં આવેછે તે તપાસી જોઈયે. પહેલાં તેના જનમનો દાહાડો, વખત, કલાક, મીનીટ, ને સેકન્ડ સુધી નોંધવામાં આવેછે અને તેની મુલ મતલબ એટલીજછે કે તે ઉપરથી તે બચાંતું ભવીશ શુંછે તે વરતવું.

કીયાં ઘરેહનાં ચકરમાં તે બચુ' જનમીયુંછે તે જાણવાની મતલબથી વંખત ચોકસ રીતે નોંધવામાં આવેછે; અને આગલ ચાલતાં કીયાં કીયાં ચકરમાં આવી જશે અને તેથી તેની ઉપર શું શું મુસીબતો ગુજરશે, અથવા તે કેટલી મુસીબતોથી હિરાન થશે અથવા કેટલી મુસીબતોની ઉપરવારો થઈને ક્ષેત્રમંદીથી બાહર નીકલશે એવી એવી ભવીશનાં ચકરનો ચીતાર પાડવામાં આવેછે. પણ તેમાં તે બચાંની ખરી તવારીખ કાંઈ પણ માલમ પડતી નથી; અને તેથી હાલનાં વખતમાં સમજી લોકો ટપકાને એક કોરે મુકેછે. જો કાંઈ પણ તેની અગત માલમ પડતી હોયેતો બચાંની ચોકસ ઉમર તે ઉપરથી સાબેત થાયેછે. વેહેની લોકો માંદગીની વખતે બરાહમણુ તથા જોતીશ જાણુતારને ટપકો દેખાડેછે અને પુછેછે કે તેના કાલ કેવો બેઠોછે અને તે દરદથી તે બચશે કે નહીં. સઘલાને ખગરછે કે તે ટપકા જોતાર ઉપર કેટલો ભરૂશો રખાઈ શકાયેછે. કેટલી વખતે તેની અટકલ ખરી પડેછે અને ઘણી વખત તે જીઠો પડેછે.

ટપકા રાખવાની રીત ઘણી સારીછે પણ હાલ જે રીતે રાખવામાં આવેછે તે તદ્દન નકામીછે. આપણને ભવીશ સાથે થોડુંજ કામછે; અને ભવીશમાં જોવું અને ગોટાં ખાઈને પાછું ફેરવું બરાબરછે. મા બાપે જો પોતાના બચાંનો ટપકો જો રાખવો હોયેતો તેઓએ એક નોંધની ચોપડી રાખવી અને તેમાં બચાંના જનમનો દીવશ લખવો અને જેમ જેમ બચુ' મોહોડું થતું જાયે તેમ તેમ તેની ઉપર જે જે સુખ તથા તનદરોસતી, દરદ તથા મુસીબતો ગુજરે તે નોંધતા જવું. બચાંનો બાંધો, તેની અકલ હુશીયારી, તેની મનશક્તી, અને એવી જ ખીજી નોંધ કરતા જવું. એ પરમાણુ થોડી સુદતમાં તે બચાંની એક અછી તવારીખ લખાયેછે અને એવી તવારીખ આવતી આલાદને ઘણી ઉપીયોગી થઈ પડેછે.

એવી નોંધ જે રીતે ઉપીયોગી થઈ પડેછે. જારે આપણામાં લગન થાયેછે તારે બેઉ બાજુ વાલાં અરસપરસ ટપકા મંગાવેછે અને જો શીને બતલાવેછે કે બેઉની રાસ મલતી આવેછે કે નહીં, જોશીના કે હેવા ઉપર એક જોડું બનેછે અથવા બનતું અટકેછે. આપણને અજમાયેશથી માલમ પડીયુંછે કે જે જોડું ટપકાઓ જોવાથી બંધાયેલું હોયેછે, તે કદાચજ સલાહ સંપન્નથી ચાલેછે; અને ઘણા દાખલા જોવા

માં આવેછે કે જાંઠાં કળ્યા ટંટા તથા અરસપરસનો ધીકાર જોવા માં આવેછે; અને આખી જીંદગી ખરાબ હાલતમાં ગુજરેછે. હવે જો એવા ટપકાને ભરૂં રહેવા કરતાં જો એવી નોંધ તથા તવારીખ એ કમેકમે દેખાડવામાં આવે, તો ખેડ બાજીનું ખરૂં ચીતર સાફ માલમ પડી આવે અને તે ઉપરથી સાદી અકલ વાલો પણ સમજે કે આ જોડું બંધાવાને લાયક છે કે નહીં. કેટલી વખતે એક જાણુને ખાખી હોયે કે જો બીજાને પસંદ નહીં હોયે અથવા બીજાને તેની કાંઈ દરકાર કરે નહીં; અને જાંઠાં એકગમ જોડું બંધાયે નહીં, તાંહાં બીજાગમ સંધાયા વગર રહે નહીં. એક ખાંપણુ આગલથી જાણવીયાથી જોડો ફાયેદોછે તેટલો તે ખાંપણુ પછવાડે જાણ્યાથી થતો નથી; બલકે એકને બીજાની ઠગાઈ માલમ પડેછે અને તે હમેશાં કંકાસનું કારણ થઈ પડેછે. એક જાણુને ફીફરાંનો મરજ થતો હોયે, અથવા તેને ખડી, ઘેલાપણું ઇતીયાદી ઉતરતા રોગો પેદા થયા હોયે કે જોથી સામજીની બાજી અંજાણી રહે, એ ખેડના હકમાં ઘણું ખરાબ થાયે. સઘલા માણસને કાંઈને કાંઈ પણ ખોડ હોયેછે અને તે ખોલી રીતે ખેડ બાજી જાણીતી થાયેતો તેમાં કાંઈ અવગુણુ નથી. એ પરમાણુ જોડાં બનેલાં વધારે સુખ સંપન્નથી રહેશે તેમાં કાંઈ શક નથી.

વલી માંદગીની વેલા ટપકાની જરૂર પડેછે; ઉપર કહેવા પરમાણુની નોંધ કીધી હોયેતો ડાકરને થોડા વખતમાં તે શખસની તબીયત સમજ પડી શકેછે. તેને આગલ શું શું કરદો થઈ ગયાં, તેનો બાંધો હમેશનો ફેવોછે, અને એવીજ બીજી અગતની બાબદો જલદીથી સમજ પડેછે અને તેથી તરતનાં દરદ ઉપર ઘણું અજવાલું થાયેછે. જો મા બાપની પણ તેવીજ નોંધ રાખી હોયેતો તેઓની તબીયત ઉપરથી બચાંની તબીયત સમજ પડી શકે. કેટલાં દરદો મા બાપથી ઉતરતાં આવેછે અને એલાદની એલાદ ચાલીયા કરેછે તે એ નોંધ ઉપરથી જલદીથી માલમ પડી આવેછે.

વલી એ નોંધ રાખવામાં કેટલા ફાયેદા થાયેછે. દરેક જાણુને તે વાંચીને પોતાના નાહાતપણુનો ખયાલ આવેછે અને જાણુ પાછો બચ પણમાં હોયે અને તેની નીરદોશ ગમતમાં ફરતો હોયે એવું લાગેછે. વલી કેટલાએક જાણુની તવારીખ જાણવાને આપણે વારંઘડીએ ખાંતી હોયેછે અને કેટલાએક મોતેબર નર તથા સ્ત્રીની તવારીખ જાહેર

નોંધવાને લાયક હોયછે. ઉપર જણાવીયા પરમાણુની નોંધ નહીં રાખી યાથી એ સઘલી બાબદોથી આપણને નીશકલ રહેવું પડેછે; અને આ વતી ઓલાદને અગતનાં ધડા મલી શકતા નથી.

એ ઉપરથી સમજ પડશે કે ઉપર જણાવીયા પરમાણુનો ટપકો રાખીયાથી કેટલા ફાયેદા થાયછે.

સ પ નો.



DREAMING :—NATURE OF.

સપનો કોણને નથી આવતા ? કેટલાંએક માણસો દરરોજ સપના જુવેછે. કેટલાંએકો ઉંઘાતા નથી પણ આખી રાત સપના માંજ કાઢાડેછે; અને થોડાંજ એવાં હશે કે જોણે એક રાત પણ સપના વગર કાઢાડી હોયે. સપનાને ઘણા લોકો વનન આપેછે, અને તે ઉપરથી ભવિષ્યમાં શું બનશે તેનો ખેયાલ લેઈ જાયછે. કેટલાંએક જણ દરેક સપના યાદ રાખેછે; કેટલાંએક જણને સેહેન ખેયાલ રહેછે, અને ઘણા જણ તદ્દન વીસરી જાયછે. જે હાલતમાં દર માણસ ઘણું કરીને દરરોજ આવે તે બાબદની ખુબી જાણવાની જરૂરછે. ઉંઘ અને સપનામાં ફરક એટલોછે; ઉંઘમાં આસપાસની ચીજની તદ્દન ખેં ખબરી રહેછે, એટલે આપણું મન અને ધંદરીઓ ખેઉ તદ્દન સુસત થઈ જાયછે; સપનામાં આપણું મન સેહેન જગરૂત રહેછે અને તેથી ધંદરીઓ ઉપર આસપાસની ચીજો અસર કરી શકેછે. જગરૂત હાલતમાં આપણો વીચાર આપણી ખુસીથી હરેક વખતે બદલી નાખી શકીયેછ, પણ સપનામાં જે સેહેન જગરૂત મનથી વીચારો ચાલુ થાય છે તે ઉપર આપણી ખુશીનો અખતીયાર રહેતો નથી; એટલે જે વીચારો સપનામાં આવેછે તે બેધરક ચાલેયા જાયછે; કોઈ વખતે એક વીચાર સલગ ચાલેછે, પણ ઘણુંકરીને ધર પુછરાં વગર જે ગમે તે ખેયાલો આવી જાયછે.

સપના ઘણુંકરીને પાછલી રાતે અથવા ઉઠવાની વખતે આવેછે અને ઘણી વેલા રાતે સુતા એટલે થોડા વખતમાં શીરૂ થાયછે; અને

એનું કારણ દેખઈતું છે; પાછલી રાતે આપણું મેજું પોતાની મેલે પુરતી થાક લીધા પછી જાગરત થવા માંડે છે અને જારે તે પુરતું જાગરત હોતું નહીં તારે સપના આવે છે. ઘણા જણ બીછાંતા ઉપર ગયાં એટલે ઉંઘાઈ જાય છે; પણ કેટલાએક જણને એકેદમ ઉંઘ આવી જતી નથી અને એ વખતે મન સેહેજ જાગરત રહેવાથી સપના આવે છે. જે સપના પેહેલી રાતે આવે છે તે ઘણાખરા તરતના જાગરત હાલતના વીચારો પાછા આવે છે અથવા તે વીચારો, ઉપરથી વધારે આગલ વીચાર ચાલે છે અને એ વીચાર ઘણુંકરીને એક લીટીબંધ સલગ હોય છે; જે વીચારો પાછલી રાતે આવે છે તે ઘણાખરા ભલતાજ અને ધર પુછરાં વગરનાજ હોય છે.

એમ કેહે છે કે સપનામાં ઘણી વેલા વીચારો ઘણા ઉમદા આવે છે કે જે જાગરત હાલતમાં શુચવણ ભરેલા રહે છે. તેમાં ખચીત એક બાબત ઉપર ખુબ વીચાર કોધા પછી ઉંઘમાં તેજ વીચાર પુખ્ત હાલતમાં પેદા થાય છે અને તેથી ઘણી વેલા નહીં ધારેલાં કાંમો બને છે. કોલેરીડજ નામનો શાહર પોતે જણાવે છે કે એક કથા વાંચીયા પછી તેને ઉંઘમાં આપોઆપ તેને લગતા વીચારો કવીતાના આકારમાં આવતા હતા અને તે ઉપરથી તેણે “કબલાખાન” નામની કવીતા જોડી હતી. કોનડોરસેટ નામનો ગણીત કરતા કેહે છે કે કેટલાએક અઘડા હીસાબોનું ખર્ચું સેવટ તેને ઉંઘમાં આવીયા પછી માલમ પડતું હતું.

સપનામાં એક એવી ખુબી છે, કે જે ચીજનો આપણને ખેયાલ નહીં, જે આપણા જમાનાની નહીં, જે આપણી ધરતી ઉપર નહીં, તે બાબતોનો ઘણી વેલા આખેહુબ અથવા ખોટો ખેયાલ આવે છે. મુવેલાં અથવા ફરેસતા આપણી નજરે આવે છે, આપણે મુવેલાં સાથે વાત કરીએ છીએ, અમેરીકા અથવા યુરોપના શહેરોમાં ફરતા હોઈએ છીએ, વીસરી ગયેલા દોસતો ઘણા દુર દેશથી પાછા આપણી નજરે આવે છે, મોટી લડાઈઓમાં સામેલ થઈએ છીએ, સહીં વાઘનો સેકાર કરીએ છીએ, દરીયાના તોફાણમાં જાણે કુખતા હોઈએ, મોટા પાહાડો ઉપરથી પડી જતા હોઈએ, અથવા પુશકલ ખુશ અથવા બેહામણા દેખાવો આપણી નજરે પડે છે અને તેમાં આપણે ભાંગ લેઈએ છીએ.

પણ સપનાનો મોટી ખુબી એ છે કે ઘણાજ થોડા વખતમાં, કેટલીએક વખત થોડી ઘડીમાં કાંઈ જમાનાનો અને આપણી સઘલી જ

દગીનો ખેયાલ આપણી નજરે આવેછે; અથવા કેટલાંએક વરસોનું કામ આપણે થોડી ઘડીમાં કરીએછ. જેમ એક માણસ કુખતો હોયે અને તે સમજેછે કે હવે વધારે જીવવાની આશા નથી અને તે વખતે તેના ખેયાલમાં પોતાના આખા જનમારાની બાબદ એક ઘડીમાં તેની નજર આગલ કરી જાયેછે, તેમ ઉંઘમાં એવા ખેયાલ તેટલીજ જ ડકથી પસાર થાયેછે.

કેટલીએક વખત સપનો જોનાર પોતે મનમાં સમજેછે કે તેને હાલ સપનો આવેછે અને તે સપનો તદ્દન ગલતછે અને તેને અટકાવવાને અથવા વધારે લાંબો કરવાને તે પોતામાં અખતીયાર રાખી શકેછે, પણ તે ખરી સપનાની હાલત નહીં કેહેવાયે.

વલી આસપાસની ચીજ ઇંદરીઓ ઉપર અસર કરીને સપનો પેદા કરેછે અથવા સપનાની વલણ બદલાવેછે. એવી હાલત વારંઘડી એ જ લાંગ અને ગાજામાં ચક્રચુર રેડેછે તેઓની હોયેછે. એ લોકોના ખેયાલ ઉપર આપણી બોલી અસર કરેછે અને આપણુ ચાહીયે તેમ તેઓમાં ખેયાલ પેદા કરી શકીયેછ. વલી કોઈના કાનમાં સાથ નાખીયાથી તેનામાં તરેહવાર જાતના સપના પેદા કરી શકીયેછે.

સપનામાં આપણે ઘણુંખરું સઘળું જોઈયેછ, કદાચજ આપણે આવાજ સાંભલીયેછ, પણ આપણે સુધીયેછ અથવા સવાદ લેઈયેછ એ કદી બનતું નથી. જ લોકો બેહોરા હોયેછે તેઓને કદી પણ કોઈ કહી જતું હોયે એવો સપનો આવતો નથી. વલી આંધલાં માણસો કદી પણ સપનામાં ચીજોને જોતા નથી. એક શખસ તીસ વરસ લગી બે હોરો હોતો અને તે લખીને અથવા આંગલાની બોલીથી વાતચીત કરતો હોતો. તેને ઉઘમાં પણ તેવીજ રીતનાં સપના આવતા હતા, કદી પણ તે આવાજ સાંભલતો ન હોતો.

કેટલાએક જણ સપનામાં બોલેછે પણ તેઓ તે કદી યાદ રાખતા નથી. કેટલાએક જણ ઘણા બેહામણ સપના જીવેછે અને પોતે સમજેછે કે એ માતરે સપનોજછે અને તેથી તેનો તરત આંકો લાવેછે. કોઈને એમ સપનો આવે કે તે પાહાડની તોચ ઉપર ઉભેલોછે અને નીચેની ખોહમાં પડવાની તઈયારીમાંછે અને તેથી તેને ઘણી ધાસતી પડેછે, પણ ધાસતીનો આંકો લાવવાને માટે તે જાણે પાહાડ ઉપરથી પડી જાયેછે અને તેથી તે સપનાનો અંત આવેછે.

ડાક્ટર આબરકરામખીએ સપનાને લગતા ઘણા અનુભવ ઉપજાવે એવા દાખલાઓ એકઠા કરીને એ બાબત ઉપર ઘણું અનુવાલું નાખીયું છે. એ દાખલાઓ જાણવા જોગ છે અને તે આવતા આંકમાં આપીશું.

જીંદગીને લાંબી રાખવાની કલા.



જાનવરોની જીંદગીની લંબાઈ.

ART OF PROLONGING LIFE:—

DURATION OF ANIMAL LIFE.

આડ પાન કરતાં જાનવરો વધારે પુખ્ત હોલતમાં છે અને તેઓની જીંદગીની લંબાઈમાં ઘણો ફરક રહે છે. હાથી કે જે સો વરસ લગી જીવે છે અને જે નાહાનું નજીવું જાનવર જે હવામાં ઉડતાં માલમ પડે છે અને જે ભાયેગે એક દાહાડાની જીંદગી કાહાડે છે અને જે પોતાની જીંદગીના વીસમે કલાકે તો જાણે પુર અનુભાવેશ વાલું કે હવાયે છે, એ બેઉની વચ્ચે કાંઈ નહીં ગણાયે એટલાં જુદી જુદી જીંદગીની લંબાઈના જાનવરો આવી જાય છે.

હવે જાનવરોમાં જીંદગીની લંબાઈ શા ઉપર આધાર રાખે છે તે તપાસી જોઈએ. કીડો એક ઘણું જ કમીનું જાનવર ગણાયે છે અને તે આડ પાનને મલતું આવે છે. તેઓનું બંદન પોચું હોય છે અને તેથી સેહેલથી તેઓના નાશ થઈ શકે છે; પણ આડ પાનની મીસાલે તેઓમાં કપાઈ ગયેલા ભાગો પાછા પેદા કરવાની ખુબી છે અને તેથી આખા ભાગો નવા બનાવી શકે છે, એટલું નહીં પણ જારે તેના બે તરણ ભાગ કરવામાં આવે છે, તોય પણ તેઓ જીવી શકે છે અને તેથી તેઓની જીંદગીની લંબાઈ બરાબર કેહેવાઈ શકાતી નથી. કેટલી એક જાતના કીડા એવા આવે છે કે તે મારતાં મરતા નથી. વીદવા નાએ કેટલાએક અખતરા કીધા છે અને માલમ પડ્યું છે કે એવા કીડાને સુરજના તડકામાં અને ભઠ્ઠીમાં અછી રીતે સુકવીધા પછી નવ

દીક છ મહીના રહીને તેઓ ઉપર જરા કુકું પાણી નાખીયાથી તેઓ પાછાં ચાલતાં થયાં હતાં.

એ ઉપરથી એ વીચાર મળ્યુત થાયેછે, કે જેમ બદનનો બાંધો અધુરો તેમ તેની જીંદગી જોરાવર હોયેછે.

એથી ચહુડતાં જાનવરો જેનો બાંધો જરા વધારે પુખ્ત હોયેછે તે માં એ નવી પેદાશ કરવાની ખુબી મેલી નથી; પણ કુદરતે બીજી યુક્તિ કીધીછે કે જેથી તેની જીંદગી લાંબી થઈ શકેછે; અને એ ખુબી રૂપ બદલવામાંછે. એ જાનવર કીડાની મીસાલે એ તરણ અથવા ચાર વરસ જીવેછે; તે પછી તે નજદીક સુવેલી હાલતમાં રેહેછે અને એ વખતમાં તેનું રૂપ બદલાયેછે અને આગલ કરતાં વધારે પુખ્ત હાલતમાં આવીને બાહર પડેછે; એને પતંગીયું કહેછે; તેને આંખોછે, પાંખો અને ઘણું જ સુંદર બદનછે અને સહીયી પુખ્ત હાલત એછે કે તે ઇંડાં પેદા કરવાને લાયક થાયેછે; પણ એ હાલત ટુકીછે, કાંયેકે તેના વખત પુરો થવા આવીયોછે અને તે જલદીથી મરણ પામેછે.

હવે એ પતંગીયાં ઉપરથી આપણે જીંદગીની લંબાઈ શા ઉપર આધાર રાખેછે તે સમજી શકશું. જારે પેટેલાં તે માતરે કીડા હોયેછે તારે તેના બાંધો કેટલો અધુરોછે અને તેની હીલચાલ કેટલી થોડી છે. તે માતરે ખાવામાંજ વખત ગુજરેછે. કેટલીએક જાતના કીડા ૨૪ કલાકમાં પોતાના વજન કરતાં તરણ ઘણું ખાઈ જાયેછે; એ ઉપરથી તેઓમાં ખપ થોડોજછે, પણ નવી પેદાશ ઘણી વધુછે; અને તેઓ તરણ ચાર વરસ લગી જીવી શકે તેમાં કાંઈ નવાઈ નથી. વચલી હાલત કે જેમાં તે મરીયા દાખલછે તે વખતે તેમાં ખપ તેમ પેદાશ પણ નથી. પણ જારે તે પતંગીયું બનેછે તારે તે ચાલુ હીલચાલમાં હોયેછે; તેના કસારા સાથે પેદાશ કાંઈ નથી; કાંયેકે કેટલાંએક પતંગીયાંને તદ્દન મોહોડાં આવતાંજ નથી; અને તેથી તે જલદીથી મરણ પામેછે.

જે જાનવર પાણી તથા જમીન ઉપર બેઉગમ વસેછે તેઓ ઘણી લાંબી સુદતલગી જીવી શકેછે અને તેઓની જીવ શક્તી બદન સાથે એટલીતો વલગી રેહેછે, કે તે મારતાં મરતાં નથી. તેઓની ચીકટ જીંદગીના દાખલા ઘણા અજાણેજ જોવાછે. કાચબા માંથી વગર ઘણું લગી જીવી શકેછે અને દેડકાનું દીલ કાહાડી લીધા પછી પણ તે

કુદકારો મારતો કરેછે. કાચખો વગર ખોરાકે દોહોડ મહીના લગો જીવી શકેછે; એટલુંજ નહીં પણ તોડ નામના જાનવર ઘણી લાંબી મુદતે પથરને લાંબતાં તે માટેથી બાહર નીકલેછે.

એ ઉપરથી માલમ પડેછે કે જાંદગી લાંબી કરવાને નવી પેદાશની શક્તી ઘણી જોરેમંદછે. ઘણાએક મરણના કારણો તેથી લાગુ પડી શકતાં નથી અને આખા ભાગો જે જતા રહેછે તે પાછા નવા આ વેછે. એજ પરમાંણે સાંપ, દેડકા, ગીલોરી દર વરસે પોતાની બોલ કા હાડી નાખેછે અને એ પરમાંણે પાછા નવા લેબાસમાં જીવાન થાયેછે અને તેથી તેઓની જાંદગી લાંબી વધેછે. એજ પરમાંણે પંખીઓ પોતાના પીંછ અને ચાંચ બદલેછે અથવા જીના કાહાડી નાખીને તેની જગા ઉપર નવાં પેદા કરેછે; અને કેટલાંએક ચોપગાં જાનવરો પોતાના બાલ અને ખરી બદલી નાખેછે.

કાચખો અને સુસવાટ ઘણી લાંબી મુદત લગી જીવેછે. કાચખો જાતે આલસુ અને હીલચાલમાં સુસતછે; તે વધવાને એટલોતો વખત લેછે કે વીસ વરસ થાયેછે પણ તેનું કદ થોડીએક ઇંચ વધેછે અને એવી હાલતને લીધે સોથી ઉપર વરસ જીવેછે. સુસવાટ જાતે મોટું જોરાવારં મસત જાનવરછે, તેનો બાહરનો પરડો ઘણો કઠણુછે, તે ઘણું ખાયેછે અને ઘણું જલદીથી જરપત કરી નાખેછે, તેથી તેની જાંદગી ઘણી લાંબી વધેછે અને કેટલાંએક જણ એવું કહેછે કે તે જીવેછે તાંહાંસુધી તેનું કદ વધીયા કરેછે.

દરીયાની માછલી પણ ઘણા વરસ લગી જીવેછે. પાઈક અને કારપ મછી દોડસો વરસ લગી જીવેછે. સામન માછલી એટલીતો જડ્ડ થી મોટી થાયેછે કે તે થોડાં વરસ લગીજ જીવેછે. માછલીઓમાં કુદરતી મરણ કદાચજ થતાં હશે, કાંયેકે તેઓમાં જોરાવર નબલાંને ખાયેછે અને એ પરમાંણે દરેક જણ પોતા કરતાં વધારે જોરાવરનો ભોગ થઈ પડેછે; વલો જે મરતી હાલત પોહાયેછે તેને જલદીથી બીજા માછલીઓ ખાઈ જાયેછે અને એ પરમાંણે કુદરત એક મોટી મતલબ જાલ વેછે. જે મુવેલી માછલી જમીન ઉપર ઘસડાઈ આવેતો માણસનો શું હાલ થાયે તેનો વીચાર થઈ શકતો નથી.

ઘણાએક પંખીઓ પણ ઘણા વરસ લગી જીવેછે; અને તેના ઘણા કારણોછે. તેઓને ગરમ પીંછનું લાંકણુછે અને તે બદનની ગર

મી ખુબ અછી રીતે જાલવેછે. વલી તેઓ દર વરસે પીછ અંને આંચ બદલેછે. આંચ બદલીયાથી તેઓને ખાવાની શક્તી વધેછે. વલી પંખીઓ ને સઉથી ચોખી અંને પુરતી હવા મલેછે; અંને છેલું તેઓની હીલચાલ તનદરોસતીને વધારેછે. ગરૂદ પક્ષી સો વરસથી ઉપર લગી જવેછે. એ જ પરમાણુ ખલીલ અંને સુરી ઘણા વરસ લગી જવેછે. કાગડો જે માસ ખાનાર જાનવરછે અંને તેનું માસ કાલું અંને ઘટ હોયેછે તે સો વરસ લગી જવેછે. એજ પરમાણુ પોપટ કે જે સઘલી જાતનો ખોરાક ખાયેછે અંને જરવેછે અંને જે પોતાની આંચ બદલેછે અંને જે નું માસ કાલું અંને ઘટછે તે નજદીક સો વરસ જવેછે.

મોર વીસ વરસ લગી જવેછે. મરઘો જે જાતે કજીયાખોર અંને ગરમ જાનવરછે તે એટલાં વરસ પણ જીવતો નથી. ચલીની જીંદગી એથી પણ ટુકીછે. નાહાના પક્ષી ઘણુંકરીને થોડી મુદત લગી જવેછે.

ચોપગાં જાનવરોમાં પણ જીંદગીની લંબાઈ વધુ ઓછી હોયેછે. સઉથી લાંબી મુદતલગી જીવનારું જાનવર હાથીછે; તે સો વરસથી ઉપર લગી જીવી શકેછે. સહીની ઉમર પણ લાંબી હોયેછે.

રીછ જે હમેશાં સુસત અંને ઉધાતું માલમ પડેછે તેની જીંદગી ટુકી રહેછે.

ઉંઠ જાતે ચાલાક અંને મેહેનતુ કઠીણ જાનવરછે અંને તે પચાસ અથવા સો વરસ લગી જવેછે.

ઘોડો ૪૦ વરસથી વધારે જીવતો નથી. તે જાતે મોટું અંને જે શાવર જાનવરછે, પણ તેના બદન ઉપર બાલ પુરતા નથી, તેથી તેના ઉપર જલદીથી અસર થાયેછે. કદાચ ઘોડો વધારે લગી પણ જીવતો હોયે કાંયેકે તે માણસના હાથમાં આવીઆથી તેની ઉપર મેહેનત ઘણી પડેછે અંને તેથી તેની જીંદગી ટુક થતી હશે. ઘેડાની ઉમર પણ ઘોડા જેવીછે. ખચર વધારે બુદ્ધ થાયેછે.

સાબર ૩૦ વરસથી વધુ જીવતું નથી.

ગોધો જોકે જોરાવર અંને મોટું જાનવરછે પણ તે પંદર અથવા વીસ વરસથી વધુ જીવી શકતો નથી. નાહાના ચોપગાં જેમકે મેન ઠો, બકરો, કોહોલું, સસલું સાતથી તે દસ વરસ લગી જવેછે; કુતરો અંને ડુકર પંદર અથવા ૨૦ વરસ લગી જવેછે.

એ ઉપરથી માલમ પડેછે કે આડપાન કરતાં જાનવરોમાં વધારે હીલચાલ અંને ધસારોછે અંને તેઓનો બાંધો વધારે નાજુક, વધારે ગુચવણુ લરેલો અંને વધારે પુરતી હાલતમાંછે; એથી કરીને આડ પાન કરતાં જાનવરો થોડી મુદત લગી જીવી શકેછે, પણ તેમ વલી તેઓની જીવ શક્તી પણ વધુ હોયેછે અંને તેથી તેઓની પેદાશ અંને પુરણી પણ વધુ થાયેછે. તેઓ ઘણી મુદત લગી જીવી શકતાં નથી તેમ

વલી ઘણી ટુક મુદત પણ કદાચ જ હોયેછે, અને તેઓની જીંદગી પાંચ ને ચાલીસની વચ્ચે રહેછે.

જેમ જાનવર ઇંડાંમાં અથવા ઘરભસથાનમાં જલદીથી બનેછે તેમ તે જલદીથી પુરતી હાલતમાં આવેછે; પણ તે જલદીથી મરણ પણ પાં મેછે. હાથી ઘરભસથાનમાં તરણ વરસ લગી રહેછે અને તેથી તે લાં બી મુદત લગી જીવેછે; પણ ગાયે, કુતરો બેથી નવ મહીના ઘરભસ થાનમાં રહેછે અને તેથી તે ટુક મુદત લગી જીવેછે.

વલી જેમ એક જાનવર જલદીથી પુખ્ત હાલતમાં આવેછે તેમ જલદીથી તે પોતાની જાત વધારેછે પણ તેમ વલી જલદીથી મરણ પણ પાંમેછે. અજમાયેશ ઉપરથી માલમ પડીયુંછે કે જે મુદતે જાનવર પુખ્ત હાલતમાં આવેછે, તે મુદતની પાંચઘણી ઉમર તેની થાયેછે. ઘો ડો, ઘઘેડો અને ઘોઘો તરીજે અથવા ચોથે વરસે પુખ્ત હાલતમાં આ વેછે અને તેઓ ૧૫ થી ૨૦ વરસ લગી જીવેછે. મેંદાં બીજે વરસે પુખ્ત થાયેછે અને તેઓ માતરે ૮ થી ૧૦ વરસ લગી જીવેછે.

સઘલાં સીંગડાંવાલાં જાનવરોની જીંદગી ટુકી હોયેછે.

જે જાનવરનું માસ કાલું હોયેછે તેઓ સફેદ માસવાલા કરતાં વ ધુ જીવેછે.

સઘલાં બીહીકણાં જાનવરોની જીંદગી ટુકી હોયેછે.

બદતના હાંકણ ઉપર પણ જીંદગી આધાર રાખેછે, પંખીઓને પી છાં હોયાથી તેઓ લાંબી મુદત લગી જીવેછે. તેમજ હાથી, ગેનડો અ ને સુસવાટની જાડી ચામડી હોવાથી તેઓની જીંદગી લાંબી હોયેછે.

જાનવરોની હીલચાલ ઉપર પણ જીંદગીની લાંબાઈ આધાર રાખે છે. દોડતાં જાનવરોની જીંદગી ટુક હોયેછે, તરતાં અથવા ઉડતાં જા નવરોની જીંદગી લાંબી હોયેછે.

જે જાનવરો પાણીમાં રહેછે તે હવામાં રહેછે તે કરતાં વધુ લગી જીવેછે.

પરચુટણ.

મુંબઈમાં પાણીની જોગવાઈ વીશે ડાકટર લમસડનના વીચાર ઘણા મોતેઅરછે. તે કહેછે, “હાલની ગોઠવણ પરમાણે શહેરનાં એક ભાગ માહે થી પાણી બંધ કરીને બીજા ભાગમાં પુરવું કરવામાં આવેછે અને એટલાજ કારણને માટે વધારે પાણીની ગોઠવણ કરવી જરૂરછે. બીજું મકમ કારણ એ છે કે જાંહાંસુધી પુરવું પાણી હોયે નહી, તાંહાંસુધી સારી હાલતની ગટરો બ ની શકેજ નહી.

તંનદરોસતી.

આગસ્ટ ૧૮૬૯.

મુંબઈમાં મુરદાંઓને અવલ મંજલ પોહોંચાડવાની
જુદી જુદી રીત અને જગા:—ધોરસથાનો.

DIFFERENT MODES AND PLACES OF DISPOSAL OF THE DEAD IN BOMBAY,
BURIAL GROUNDS.

માણસના આ કુનીયા ઉપરના દાહાડા પુરા થયા; તેનો જીવ ઉડી ગયો; સઘલો ચાલતો સાંચો બંધ પડીયો; આ કુનીયામાં જે આ ગલ ફરતું હરતું ખુશ મજાહુ ભોગવતું બદન એક મુરદું થઈને પડીયું; તે મતી માહુથી પેદા થયું, તે થોડી મુદતમાં પાછું મતી બનવાને તઈયાર થયું; જે ચાહાથી, જે પેયારથી એક વખત માણસો તેને પોતાની ગોડમાં લેતાં હતાં, તે હવે એક ધીકારની ચીજ થઈ પડી; તેને કોઈ અંડકતું નથી અને જેમ બનેછે તેમ પોતાની આગલથી તેને દુર કરવાની કોશેશ કરેછે; કાંયેકે તે હવે તેઓને કસા કામતું નથી; અને કાંયેકે કરીયાને બદલે નુકસાનકારક થઈ પડીયુંછે. ફીલસુફ કેહેછે, કે એ મુરદાંને તમે ગમે તે કરો, ગમેતો તેનો ઉપર તરે હવાર જીલમ અથવા હાંડેસો પાડો, ગમેતો કાપો વાહાડો, ગમેતો બાલીનાખો, ગમેતો કીડાઓનો ભોગ કરો, ગમેતો જાનવરોનો ભોગ કરો, પણ તેની તે કાંઈ દરકાર કરતો નથી. જે બદન ઉપર એક વખત તે મધન હતો, જેને હમેસાં સીંગાર કરતો હતો, તેને મુવા પછી તે ધીકારની નજર થી જીવેછે. પણ દરેક જણ મુરદાંને તેવી નજરે જોતો નથી. જીવતી હાલતમાં જે હેત અને પરીત હતું તેની નોશાણી મુવા પછી પણ મા

લમ પડેછે; તેને પોતા આગલથી કાહાડીયા વગર ચાલતું નથી, પણ તેને જેમ બનેછે તેમ ઘણું પેયાર અને આદરમાનથી દુર કરેછે. મુવા પછી ધીકાર કીતા અને ગુસાનો અંત આવેછે અને કદાચ તે જીવતી હાલત માં આદરમાનને લાયક નહી હોતો, તો મુવા પછી દરેક જણ તેને આદરમાન આપેછે. જીવતી હાલતમાં કદાચ તેના બદન સાથે મુકી લાત સીવાયે વાત નહી હોતી, પણ મુવા પછી તે ના બદનને કાંઈ પણ આજ્ઞા દેવો મોટો ગુનાહ સમજેછે.

પણ દુનીયામાં જુદી જુદી કોમમાં મુરદાંને આદરમાન આપવા વીશેના તરેહવાર વીચારો હોયછે. એક રીત જે એક કોમ પસંદ કરેછે તેને બીજા લોકો ધીકારેછે; અને એમ કેહેછે કે એ લોકો પોતાના મુવેલાંઓને ઘણું અપમાન આપેછે. પણ જેમ ઘણીએક બાબદોમાં જુદી જુદી કોમનાં ઉલટા સુલટા વીચારો હોયછે તેમ એ બાબદમાં પણ; પણ દરેક જણ પોતે એમ સમજેછે કે તેઓની રીત પસંદ કરવા ભેગછે; પણ લોકોના તરેહવાર વીચારો ઉપરથી એ રીત ચાલુ થઈછે; કેટલાંએક લોકો પોતાના મુવેલાંઓની આ દુનીયામાં કાંઈ પણ નીશાણી રહે એવી મતલબ રાખેછે. કેટલાંએક લોકોની મતલબ એ વીછે જે મુરદાંને એવી રીતે રાખવું કે જ્યો જીવતાં લોકોને નુકસાની પોહાંએ નહી. દુનીયામાં મુરદાંઓને અવલ મંજલ પોહાંચાડવાની રીત એવા વીચારોને લીધે જુદી જુદી જોવામાં આવેછે પણ તેમાં મુખીય ચાર રીત હાલ ચાલુ જણાયેલીછે. સઉથી સાધારણ રીત મુરદાંઓને જમીનમાં દાટવાનીછે. જે મુલુકમાં જઈશું, પછી સુધરેલું

એ રીતની મતલબ પણ મુરદાં બાલવાના જીવીજ છે, પણ એથી મુવેલા ની કાંઈપણ નીશાણી રહેતી નથી. સુખઈ શેઠરમાં હાલ પેહેલી તરીજ અને ચોથી રીત ચાલુ છે. એ રીતમાં કેઈ પસંદ કરવા જોગ છે, કેઈ રીતથી ફાયેદા થાય છે, કેઈ રીત નુકસાન કારક છે, તેમાં શું ફેરફાર થવા જોઈયે; એ સાથે સુખઈની કેઈ જગા ઉપર એ રીત ચલાવવામાં આવે છે, તેથી શું ઘેરફાયેદા થાય છે, તેઓમાં શું ફેરફાર કરવો જ રહે છે, એ સઘલી બાબદો અગતની છે અને તે ઉપર એકક પછી વીચાર કરી જોઈયે.

પેહેલાં દાટવાની રીત ઘણી સાધારણ છે. મુધરેલા અથવા જંગલી માણસને પેહેલ વેહેલાં એ રીત કુદરતી માલમ પડે છે, જે મતી માં હેથી પેદા થયો તે મતીમાં તે પાછો જવો જોઈયે, અને સઘથી સેહેલો ઉપાયે તેને જમીનમાં દાટવાના છે. જવો બદન માહેથી જન નીકલી ગયો એટલે તે બદન કોહોવા માંડે છે અને કોહોતી વખતે તે માહેથી પુશકલ જહેરી હવાઓ નીકલે છે, અને જો એ જહેરી હવાને ચોખી હવા સાથે મલવા દેતો તે માણસના દમમાં ગયાથી તરેહવાર દરદો પેદા થાય છે, એટલું જ નહીં પણ જો તે જહેરી હવા દમમાં ઘણી ગંધ હોયેતો તરત મરણ નીપજે છે. હવે મુરદાંને જમીનમાં દાટીયાથી ફાયેદા છે કે ઘેર ફાયેદા તે તપાસી જોઈયે. જમીનમાં એવી ખુબી છે કે તે સઘલી તરેહના વાસને બંધ કરે છે, એટલે હરેક કોહોતી ચીજને વધારે કોહોતાં અટકાવે છે. પણ સઘલી તરેહની જમીનમાં એવો ગુણ નથી. સુકી જમીન અથવા મતોડી જે કોહોતી ચીજ ઉપર એક વા રનીશના જેવું પર કરી લે, કે જે હવાને દાખલ કરે નહીં અથવા પાણી ખુસી શકે નહીં, એવી જમીન મુરદાં દાટવાને લાયક છે. ભીની જમીન જેમાં પાણી જલદીથી પચી શકે તે તદ્દન એ બાબદમાં નાલાયક છે. એ ઉપરથી સમજ પડશે કે મુરદાં દાટવાની જગા દરીયો, નદી અથવા નાલાં આગલ નહીં હોવી જોઈયે, તે ઉંચી તેકડી ઉપર હોવી જોઈયે કે જાંહાં પાણી ઘણો વખત લગી ઠરી નહીં રહે અને જે હેરી હવાને બાહર ઉંચી હવામાં નીકલી જવાનો બંગ આવી શકે. જમીન નરમ હોવી જોઈયે કે જથી તે ઉંડી ખોડાઈ શકાયે અને મુરદાંને જમીનની સપાટીથી ઘણું ઉંડું દટાઈ શકાયે. ગમે તેવી જમીન હોયે અને મુરદાંને ગમે તેવું ઉંડું દાટીયું હો

યે પણ હવા તે સઘલા માહેથી પસાર થઈને બાહર નીકલવાની. તોયપણ વધારે સલામતોને ખાતર મુરદાંને ઓછાંમાં ઓછું જમીન ની સપાટીથી છ ફીટ ઉંડું દાટવું જરૂર છે. મુરદાંને તદ્દન જસમ થતાં ઓછાંમાં ઓછાં સાત વ્યાઠ વરસ લાગેછે; એટલી મુદતની અંદર એ જમીનને ઉખેડવી નહીં જોઈયે; નહીંતો તે માહેથી બદબો અં ને જોહરી હવા બાહર પંથરાયા વગર રેહશે નહીં.

હવે મુંબઈ શહેરમાં મુરદાંને સી રીતે જમીનમાં દાટવામાં આ વેછે, તે તપાસી જોઈયે. મુંબઈમાં હીંદુ, મુસલમીન અને યુરોપીયન ને દાટવામાં આવેછે, પણ તેઓની રીતમાં થોડો થોડો ફરક હોયછે. હીંદુમાં હલકે વાઘેના લોકોનેજ માતરે દાટવામાં આવેછે. તેઓ ઘણી વેલા કાંઈ પણ કપડાં વગર જમીનમાં મુકેછે. મુસલમીન લોકો કપડાં સાથ જમીનમાં દાટેછે. યુરોપીયન લોકો મુરદાંને લાકડાંની પેટી બનાવી તેમાં સીસાંનું અથવા જસતનું પર આપી તેમાં બંધ કરી મુકીને તે પેટી દાટેછે. હવે એ તરણ રીતમાં કેઈ રીત સરસછે. જે મુરદાં વગર કપડે દટાયેછે અને જોકે તે દેખાવ સુભ લાગતો નથી, તોયપણ તે એક રીતે ફાયેદાકારક છે, કાંયેકે તેના આખા બદન ઉપર મતોડી વલગેછે અને તેને જલદીથી કોહોતાં અટકાવેછે; જોહરી હવા જથાબંધ નીકલતી નથી અને તેથી આસપાસની હવા ખરાબ પણ થતી નથી. જે મુરદાંને કપડામાં વીટાલીને દાટેછે, તેમાં બદનને મતોડીનું પર લાગતું નથી અને તેથી તે જલદીથી કોહોવા માંડેછે; પણ જે મુરદાંને પેટીમાં મુકીને દાટેછે તેને મતોડી મુદલ લાગતી નથી અને તે એટલુંતો જલદીથી કોહોવા માંડેછે અને તે માહેથી જોહરી હવા એટલીતો પુશકલ પેદા થાયેછે કે ઘણી વેલા તે હવા પેટીને ફાડી ને બાહર નીકલેછે અને પુશકલ રસી જમીનમાં પેસેછે. એ ઉપરથી સમજ પડશે કે જોકે પેટીમાં મુરદાંને મુકીને દાટવું સુભ લાગેછે, પણ તે જલદીથી કોહીને જોહરી હવા પેદા કરેછે, અને તે રીત ખોલું બદન દાટવા સાથે સરખાવતાં હલકી ઉતરેછે.

હવે દાટવાને માટે મુંબઈમાં કેઈ જગાઓ પસંદ કરવામાં આવી છે તે તપાસી જોઈયે. ૧૮૬૭ ની આખેરિએ મુંબઈમાં જુદે જુદે કેદાંણે સઘલાં મલીને ૬૯ દફનાવાનો જગા હતી. તેમાં હાલ સુધી એ તરણ વધારવામાં આવી છે, તેમ જ તરણ બંધ કરવામાં આવી છે.

દરેક કોમની વસતી પરમાંણે સુબંધના જુદા જુદા ભાગમાં આ નીચે જણાવીયા પરમાંણે ધોરસથાનછે.

| દીસદરીકટ. | હલકે વાઘેના હીક. | | સુસલમીન. | | ગામઠી કરીસચી યન, ઇંડો યુ. અને ધુરોપીયન. | |
|---------------------|------------------|------|----------|------|---|------|
| | વસતી. | ધાર. | વસતી. | ધાર. | વસતી. | ધાર. |
| કાલાખું | ૧૫૩૨ | ૦ | ૧૩૬૩ | ૧ | ૩૨૧૯ | ૧ |
| કાટ. | ૩૫૧૫ | ૦ | ૩૦૩૪ | ૦ | ૧૭૪૧ | ૨ |
| માંડવી. | ૨૫૦૨ | ૦ | ૩૦૬૮૮ | ૦ | ૧૧૩૦ | ૦ |
| ભુલેશવર | ૧૭૯૫ | ૧ | ૧૬૭૪૭ | ૬ | ૪૪૬૧ | ૮ |
| ભિમરખારી. | ૧૭૧૪ | ૦ | ૩૯૪૭૨ | ૮ | ૧૦૨૫ | ૦ |
| કામાતીપુરા. | ૧૩૬૦૯ | ૦ | ૩૫૪૩૧ | ૫ | ૨૭૩૫ | ૧ |
| ગીરગામ | ૨૦૦૪ | ૦ | ૩૦૯૨ | ૩ | ૧૪૭૨ | ૨ |
| વાલકેશવર. | ૨૭૬૯ | ૨ | ૪૬૧ | ૦ | ૯૧૬ | ૦ |
| મજગામ | ૧૬૩૪ | ૦ | ૩૫૭૦ | ૨ | ૨૮૫૪ | ૩ |
| પરેલ. | ૧૪૨૬ | ૧ | ૯૨૦ | ૨ | ૩૩૬૭ | ૬ |
| નેહેમ. | ૨૩૯ | ૧ | ૧૩૭૨ | ૪ | ૪૩૪૭ | ૫ |

એ સીવાએ યાહુદીને માટે જોતી સુબંધમાં સઘલી મલીને ૨૮૬૦ ની વસતીએ અને જોનો મોટો ભાગ ઉમરખારી અને માંડવી તરફ રહેછે તેઓના મુરદાને માટે કામાતીપુરામાં તરણુ ધોરસથાનછે. વલી ચીનાઓની નજદીક ૩૦૦ લોકોની વસતીને માટે પરેલમાં એક જુદી જગાછે.

ઉપલી ટીપ તપાસતાં માલમ પડેછે કે કોલાબામાં તરણુ ધોરસથાનછે; તે છેક વસતીથી દુરછે અને દરીયાની નજદીકછે; પણ કોલાબાની જગા ઘણીખરી ખડકનીછે અને તેથી ધોર ઉંડી ખોડતાં ઘણી મુશકેલી પડેછે. એ ધોરસથાનોથી કાંઈ નુકસાની થતી નથી અને વસતી પરમાંણે ઠીકછે.

કોટમાં અને મેદાનમાં જે ધોરસથાન હતાં; સેંટ ટામસના દેવલમાં કોઈ કોઈ વેલા મુરદાં દાટવામાં આવતાં હતાં પણ હવે સરકારના હુકમ સીવાએ તાંહાં દાટવાની હાલ મનાઈ થઈછે. મરીન લાઈન આગલ પરેસબીટેરીયન કરીસચીયન લોકોને માટે એક જુદી જગા હતી, તે પણ ઘણું થયું બંધ કરવામાં આવીછે. એ સીવાએ મેડો સતરીટમાં રોમન કાઠલીક દેવલમાં અને આરમીનીયનના દેવલની અંદર મુરદાં દાટવામાં આવતાં હતાં, પણ હવે તે બંધ થયુંછે.

હાલ કોટમાં મુરદાં દાટવાની જગા કાંઈ નથી અને તે વસતીની હાલ ત જોઈને બંધ કરવામાં આવીયું છે તેમાં ઘણું દાહાપણ ખરચીયું છે.

મારકેટ, માંદવી અને ચકલાની વસતી એટલીતો ઘીચ છે કે તાં હાં એક પણ ધોરસથાન જોવામાં આવતી નથી; અને તેમાં ઘણું દાહાપણ જોવામાં આવે છે.

ધોલીતલાવ, જે ભુલેશવર દીસતરીકટમાં ગણાયે છે તાંહાં પુશકલ ધોરસથાન જોવામાં આવે છે. એ સઘલાં ધોરસથાન દરીયાની બાજુ એ આવેલાં છે. હીંદુ લોકોને દાટવાને માટે એક ધોરસથાન હુતું પણ તે હાલ કાહાડી નાખવામાં આવીયું છે. કાંઈ એક સદીથી ઉપર થયું હીંદુ લોકો પોતાના મુરદાંને દરીયે કીનારે દાટતા હતા; પણ જરથી ડાકટર લીઠે તેની ખરાબ હાલત વીશે ફરીયાદ કીધી તારથી તે બંધ કરવામાં આવી છે. ડાકટર લીઠ પોતાના ૧૮૫૪ નાં મરતીયુક ના રીપોર્ટમાં આ પરમાણુ લખી ગયો છે. “મુસલમાન તથા હીંદુ લોકોના ધોરસથાન એવી હાલતમાં છે કે તેને સુધારવાની તરત જર છે કાંયેકે તે માહેથી નીકલતી બદબો હવાથી આસપાસના રેહેવાસીઓની તનદરોસતીમાં બીગાડો થાય છે. ગરાંટરોડની ઉતર તરફની ધોરસથાન એ માહેનો એક દાખલો છે. પણ એક બીજી ધોરસથાન છે કે જે એટલીતો ભમંકાર અને શરમ ભરેલી હાલતમાં છે કે માતરે સરકાર ઉપર લખીયાથીજ તે બંધ થવી જોઈયે. એ ધોરસથાન સોનાપોર તરફ હીંદુ લોકોની છે. એ ધોરસથાનની ખરાબર હડ કાંઈ નથી. તાંહાં એક સીપાહી હતો તેણે કહીયું જે તેને એવો હુકમ મલેયો છે જે સહથી ઉંચી ભરતીની હડની હેઠલ કોઈ પણ ધોર ખોડવા દેવી નહી; પણ ભરતીની ઉંચાઈમાં હમેશાં ફરક હોય છે અને દરીયા તરફની હડ કેટલી છે તેની કાંઈ પણ નીશાંણ નહી હતી. મેં જમીન ભરાવી જોઈ અને તે ૧૦૫૮૧ ફીટ થઈ. જરે ગયા સાંત મહીનામાં ૨૭૧૧ મુરદાં એ જગામાં દાટવામાં આવીયાં હતાં, તારે આખા વરસમાં નજદીક ૪૬૪૯ ની સંખ્યા થવી જોઈયે; અને તેમાં કેટલું એક બચાંનું પરમાણુ ગણતાં, જે ગણતી કરીયે કે એક વરસના મુરદાંની સંખ્યા એક વખત જે તે જગામાં ખીચોખીચ દાટવામાં આવેતો તે બધી જગામાં સમાઈ શકે નહી પણ તેની બીજી ચોર કરેતો તે પણ ભરાઈ જાય અને તરીજ ચોર થોડી થાયે એટલાં મુરદાં વધે.

“વલી મુરદાંઓ જે જડકથી કોહોવા માંડેછે તે ઘણું અમલકારક છે; અને એટલી જડક છતાં કોહોવાની મુદત ટુકી થાયેછે કાંયેકે તાંહું ના માણસો કેહેછે જે તેઓને આઠ દાહાડા આગમજ તેજ ધોર પાંછી ખોડવાનો હાકમ નથી. તેણે મને એક તરતની ખોડેલી ધોર દેખાડી કે જે માહેથી એક મહીના આગમજના એક દાટેલાં મુરદાંના લાગો નવા મુરદાંની જગા કરવાને માટે બાહર કાહાડી નાખેલા હતા. આ એ રેતીની જગામાં જે મુરદું એટલી જડકથી કોહોવા નહીં માંડેતો એ ટલાં બધાં મુરદાંઓ તાંહાં દાટવાં મુશકેલ પડે, તોયપણ મુરદાંના કોહો વાથી જહેરી હવા પેદા થાયેછે અને જેમ જડકથી કોહોવા માંડેછે તે મ વધારે હવા ખરાબ થાયેછે. એવા દેખાવથી જે લોકો મુરદાંને દાટવા જાયેછે તેઓની નીતી ઉપર ખરાબ અસર થવી જોઈયે.

“બાકમેના કીનારા તરફ ખીજ ઘણી ધોરસથાનછે, જે માહેથી નીકલતો બદખો નહીં ખમાયે એવોછે, અને એ સઘલી જગા જાંહાંથી પવન ફુકેછે તે તરફ આવીયાને લીધે ગામ તરફ આવતી હવા જહે રી થાયેછે. ગીરગાંમના લતા તરફ જે કોલારાથી ઘણા મરણો થાયેછે તેનું એ એક કારણછે.”

એ રીપોર્ટ થયા પછી હીંકુ લોકોના મુરદાં દાટવાની જગા તદ્દન કાહાડી નાખી અને હાલ તાંહાં રેલવે આવીયાથી સરખો રસતો થઈ ગયોછે.

હાલ એ લતા તરફ સુનાપોરને નાકે ગામટી કરીસચીયનોને દાટવાને માટે ધોરસથાનછે. એ જગા ઘણી નાહાનીછે. એ જગા ૨૦૦ વરસ ઉપરની વપડાતી આવીછે; અને આગલ જરે દરીયાની ભરતી નું જોર ઘણું થતું હતું તારે નવી પુરેલી ધોર ઉંઘાડી પડતી હતી અને ઘણો માંથો દેખાવ નજરે પડતો હતો. એ ધોરસથાન બંધ કરવાની વેતરણ ચાલેછે અને જલદીથી તે બંધ થવી જોઈયે, કાંયેકે હવે આસપાસ વસતી વધુ થવા માંડીછે અને તેથી લોકોની તનદરોસતી માં બીગાડ થવા વના રહે નહીં.

મુસલમાન, મેમન અને મોગલને માટે સઘલી મલીને છ ધોરસથાનછે. મુસલમાનના ધોરસથાન તદ્દન ભરાઈ ગયાંછે અને તે જલદીથી બંધ થવાં જોઈયે.

કરીસચીયનને માટે સઘલી મલીને ૮ ધોરસથાનછે, પણ તે માં હેનાં કેટલાં હાલ બંધ કરવામાં આવીઆંછે અને સીવરી તરફ તેઓ

ને માટે એક-સુંદર જગા તઈઆર થઈછે અને તાંહાં હાલ સઘલા યુરોપીયનનાં મુરદાં દાટવામાં આવેછે.

ગીરગાંમમાં દરીયાના લતા તરફ વોહોરાઓને માટે તરણુ ધોરસ થાનછે, તેઓ આસરે ૨૫ વરસ થયાં વપડાયેછે. ગામઠી કરીસચીયનોને માટે એક ૨૦૦ વૈરસ ઉપરનું ધોરસથાનછે, પણ તે ઘણી વપડાતી નથી. તેજ જગા તરફ આરમીનીયન કરીસચીયનોને માટે એક ધોરસથાનછે; મુરદાંઓને ઝાડોની વચે એણીગમ પેલીગમ દાટવામાં આવેછે.

ઉમરખારોના ડીસતરીકટમાં ૮ મુસલમાનની ધોરસથાનછે. તેમાં બે છેક તલાવની નજદીક આવેલાંછે તેઓ સઘલા ધીમ વસતીની વચેછે.

કામાતીપુરામાં પાંચ મુસલમાન અને એક ગામઠી કરીસચીયનોને માટે ધોરસથાનછે. હાલ તેઓ વસતીથી દુરછે.

વાલકેશવર અને માહાલખશમીમાં હીંદુને દાટવાને માટે બે ધોરસથાન હતાં પણ તે બેઉ બંધ કરવામાં આવીયાંછે.

મજગાંમના દીસતરીકટમાં બે મુસલમાન અને તરણુ ગામઠી કરીસચીયનોને માટે ધોરસથાનછે. તેઓ વસતીથી દુરછે.

પરેલ અને મેહુમ દીસતરીકટમાં પુશકલ ધોરસથાનછે અને તેઓ સઘલાં વસતીથી દુરછે.

જે ધોરસથાનો સુનાપુર અને ગીરગામ દરીયા કીનારે આવેલાંછે તે હવે સઘલાં બંધ કરવાં જરૂરછે કાંચેકે તેઓ ઘણાં ભરાઈ ગયાંછે, વધારે મુરદાં દાટવાની વધારે તાંહાં જગા નથી, આસપાસ વસતી વધતી જાયછે અને તે તરફથી શેહરમાં જે પવન ફુકેછે તે આસપાસનાં રેહેવાસીઓને નુકસાનકારક થઈ પડેછે. ઉમરખાડી સીવાયે બીજાં ધોરસથાન વસતીથી દુર આવેલાંછે અને તેમાં હાલ વાંધા જેવું કાંઈ દીસતું નથી. યુરોપીઅન લોકોને માટે હાલ જે સીવરી તરફ જગા નેમવામાં આવીછે તેમાં ઘણું દાહાપણુ જોવામાં આવેછે.

ઘણીએક દાટવાની જગા ખડકનાં હોયેછે અને જમીનમાં બે અથવા તરણુ ફીટથી વધારે ખાડો પડી શકતો નથી અને તેથી લોકો મતોડી નાખીને, ઉપર પથરાઓની ચોર કરેછે; પણ એ રીત તદ્દન ના પસંદ કરવા જોગછે.

જે જે ઘોરસથાન વસતીની વચ્ચે આવેલાં છે તે શેહેરની બાહર લેઈ જવાની જરૂર છે, અને લોકોને કદાચ દુર પડીયાથી અગવડ પડે પણ જે કાયદો થશે તે આગલ એ કુચ નથી. કરીસમીયન લોકો જ માતરે મુરદાંઓને ગાડીઓમાં લેઈ જાય છે; હીંદુ તથા મુસલમાની તેમ કરતા નથી અને તેથી વારસથાન દુર લેઈ ગયાથી તેઓને અડચણ પડે, પણ જાંહાં કોકોની તનદરોસતીની વાત આવી તાંહાં એ વીશે ની દરકાર કરવી જોઈયે નહીં.

દાટવા સીવાએ મુંબઈ શેહેરમાં બીજી રીતો ચાલે છે તે વીશે આ વતા આંકમાં જણાવશું.

મુંબઈ શેહેરમાં જનમની ગણતરી.



REGISTER OF BIRTHS IN BOMBAY.

જેમ શેહેરની વસતીની અને મરતીયુકની ગણતરીની જરૂર છે, તેમ તાંહાં જટલાં બચાંનો જનમ થાય તેની પણ નોધ રાખવાની જરૂર છે, કાંયેકે તે ઉપરથી લોકોની સંસારી અને તનદરોસતી હાલત માલમ પડી આવે છે. મુંબઈમાં કેટલાંએક વરસ થયાં એ નોધ રાખવામાં આવે છે, પણ કાંઈ પણ પકો ધારો નહીં હોવાથી લોકો જનમ નોધાવવાને અખાડા કરે છે અને તેથી એ નોધ અધુરી અને તદ્દન નકામી થઈ પડી છે. જુવો, આ વરસની શીરૂઆતથી કેટલાં બચાંના જનમ નોધવામાં આવીયાં છે; અને જારે તે સાથે કેટલાં મરણ નીપજે છે તે સરખાવો જોઈયે તારે એ નોધની લુલ જલદીથી સમજ પડી શકશે.

| | જનમ. | મરણ. | વસતી પરમાંણે દર દસ હજારે જ નમનું પરમાંણ | વસતી પરમાંણે દર દસ હજારે મ રણનું પરમાંણ. |
|-----------------|------|------|---|--|
| જાનેવારી..... | ૩૧૩ | ૧૪૮૮ | ૩.૮ | ૧૮.૨ |
| ફેબ્રુવારી..... | ૨૮૧ | ૧૫૧૫ | ૩.૪ | ૧૮.૫ |
| માર્ચ | ૨૮૬ | ૧૮૮૫ | ૩.૫ | ૨૩.૦ |
| એપ્રિલ..... | ૨૪૩ | ૧૮૦૪ | ૩.૦ | ૨૨.૧ |
| મે..... | ૨૩૨ | ૧૭૩૭ | ૪.૨ | ૨૧.૨ |
| જુન..... | ૩૦૫ | ૧૨૩૦ | ૩.૭ | ૧૬.૩ |

એ ટીપ ઉપરથીજ સેહલથી સમજ પડી શકશે કે જારે દરરોજ ન જલ્દીક પ૪ માણસ મરણ પામેછે તારે માતરે ૧૦ જનમ નોધાવામાં આવેછે. એક ઉધરતાં શેઢેરમાં મરણ કરતાં જનમ વધુ નહી હોયે તો બરાબર પણ હોવો જોઈયે; પણ જારે એઓમાં પાંચથી વધારે ઘણા ફરકમાલમ પડે તારે જનમની ગણતરી તદ્દન ભુલ ભરેલીછે એમાં કાંઈ પણ શક રહે નહી.

હવે મુંબઈ શેઢેરમાં જનમ કેટલો થાયછે તે જાણવાની અગત છે અને તે એક રીતે માલમ પડી આવેછે. જારે ૧૮૬૪ માં વસતી ની ગણતરી કરવામાં આવી હતી, તારે ૩૦ દાહાડાની ઉમરના બચાં ૧૧૭૭ નોધાવામાં આવીયાં હતાં. હવે જે દાહાડે ગણતરી કરવામાં આવી તેની આગમજ ૩૦ દાહાડામાં કેટલાં બચાં મરણ પામીયાં હતાં તે ગણતરી કાહાડીને ઉપલી રકમ સાથે મેલવી હોયેતો એક મહીનામાં કેટલાં બચાં જનમ પામીયાં હતાં તે બરાબર માલમ પડી શકશે.

નીચે જણાવેલી ટીપ ઉપરથી જુદી જુદી જાતમાં એક મહીનાની મુદતનાં જીવતાં તથા મુવેલાં બચાંની સંખ્યાયા કેટલી હતી અને વસતી પરમાંજે જનમનું પરમાણ કેટલું થયું હતું તે જલ્દીથી માલમ પડી આવશે.

| | ૧૮૬૪ ની ૧ લી ફેબ્રુઆરીએ ૩૦ દા હાડાની ઉમરનાં જી વતાં બચાં. છાકરા. છાકરી. | ૧૮૬૪ ની જાનેવારી મહીનાની આખરી એ ૩૦ દાહાડાની ઉ મરનાં મુવેલાં બચાં છાકરા. છાકરી. | વસતી પરમાં જે દર દશ-હ જારે જનમનું પરમાંજે |
|----------------------|---|--|--|
| હીંદુ માસ નહી ખાનાર. | ૪૧— ૨૯ | ૬— ૪ | ૧૨.૯ |
| હીંદુ માસ ખાનારા... | ૩૦૩— ૪૦૬ | ૩૯— ૨૭ | ૧૫.૩ |
| હીંદુ નાતખાર... | ૧૯— ૧૪ | ૫— ૩ | ૧૨.૬ |
| મુસલમાન... | ૧૦૭— ૯૦ | ૧૩— ૧૧ | ૧૫.૦ |
| પારસી... | ૭૦— ૯૬ | ૮— ૪ | ૨૪.૦ |
| ગામઠી ધરીસચીયન .. | ૨૬— ૨૩ | ૨— ૦ | ૨૫.૯ |
| ઈનડો યુરોપીયન... | ૧— ૨ | ૦— ૦ | ૧૫.૮ |
| યુરોપીયન... | ૫— ૧ | ૧— ૦ | ૮.૩ |
| યાહુદી... | ૨— ૨ | ૦— ૦ | ૧૪.૦ |
| | ૫૭૪ ૬૦૩ | ૭૪ ૪૯ | |

એ ટીપ ઉપરથી માલમ પડે છે કે સઘલાં મલીને એક મહીનામાં ૧૩૦૦ બચાંનો એટલે દરરોજ સરાસરી ૪૪ બચાંનો જનમ થયો હોતો. હવે એ બેઉ ટીપ સાથે મેલવતાં આ નીચે પરમાણેનો સાર નીકલે છે.

૧૮૬૯ ની જાનેવારીથી તે જુન લગીમાં દરરોજ સરાસરી મરણ. ૫૪
૧૮૬૨—૬૩ અને ૬૪ માં દરરોજ સરાસરી મરણ ૫૫
૧૮૬૯ નાં પેહેલા ૬ મહીનામાં નોધાયેલાં સરાસરી દરરોજ જનમ ૧૦
૧૮૬૪ ની જાનેવારી મહીનામાં સરાસરી દરરોજ જનમ ૪૪

એ ઉપરથી માલમ પડે છે કે મુંબઈ શેઢેરમાં દરરોજ સરાસરી ૪૪ બચાંનો જનમ થયો જોઈયે, અને જોકે તે દરરોજના મરણ સાથે સરખાવતાં થોડાં છે તોયે પણ તે માણવા જોગ છે. હાલની નોધ તદ્દન ખોટી છે.

હવે ઉપલી ટીપ તરફ નજર કરતાં, જુદી જુદી જાતની વસતી પરમાણે જનમનું પરમાણુ જેતાં કેટલીએક અગતની બાબદો માલમ પડી આવે છે. સઘલી કોમ કરતાં ગામટી કરીસચીયન અને પારસીઓમાં બચાંનો જનમ વધુ થાય છે. પારસીઓ ઘણાખરા પરણેલા હોય છે અને બાહર ગામના થોડાજ હોય છે તેથી તેઓમાં બચાંનો જનમ વધુ માલમ પડે તેમાં નવાઈ નથી; પણ તેઓમાં બીજી કોમ કરતાં બચાંની વધ વધુ હોયે એ માનવામાં આવતું નથી. પુશકલ હીંદુ તથા મુસલમીન તથા ઈનડો યુરોપીયન તથા યુરોપીયન વગર પરણેલા હોય છે; વલી પુશકલ હીંદુ, મુસલમીન અને યુરોપીયન બાહર ગામ તથા દેશથી આવે છે અને તેઓની હમેલવાલી એરતો પોતાને વતને જતી રહે છે, એ ઉપરથી તેઓમાં બચાંના જનમ થોડાં નોધાયે તેમાં કાંઈ નવાઈ નથી. ગામટી કરીસચીયનનો મોહોટો ભાગ પણ બાહર ગામના છે અને તેઓમાં પુશકલ લોકો વગર પરણેલા હોય છે, અને તે છતાં તેઓમાં સઉથી વધુ બચાં જનમેલાં જણાય છે તે અરાબર સમજ પડી શકતી નથી.

એટલા માટે મુંબઈ શેઢેરમાં બચાંના જનમની નોધ પકે પાયે લેવાની જરૂર છે અને જરે જબરદસ્તીથી ગઈ શીતલા કાહાડવાનો ધારો પસાર થશે, તારે તે નોધની ઘણી અગત પડશે, કાંયેકે તે વગર બીજાં નું કાંમ ચાલી શકેજ નહીં. ધારાઓ પસાર કરીને દરેક મા બાપને બચાંના જનમની નોધ આપવાની જરૂર પાડવી જોઈયે.

બચાંની નોધ લેતાં મરદ તથા ઓરતની બતી સીવાયે તે બચું પેહેલું, બીજું, તરીજું ઈતીયાદીછે તે નોધાવાની જરૂરછે. તે સીવાયે તે વખતે મા બાપની ઉમર કેટલીછે તે પણ નોધવું જોઈયે, ક્યારેક તે ઉપરથી કેટલીએક સંસારી બાબદો સમજ પડી શકેછે.

બચાંની તનદરોસતી.



બચું જનમીયા પછી તરતની માવજત.

HEALTH OF CHILDREN:—

MANAGEMENT IMMEDIATELY AFTER BIRTH.

શીરીનબાઈ તથા તેણીની સહીઓ, સાવકશા તથા તેના દોસતો ડાક્ટરની રાહ જોતાં બેઠાંછે; તેવામાં ડાક્ટર આવી પુગા. ચરસ પરસ સલામ અકરામ થયા પછી શીરીનબાઈએ ગઈ વેલા જે સુવાવડી ની વાત કીધી હતી તેની ખબર પુછી.

૬૧૦—તે બીચારી ઓરત લોહી ગયાથી હજુર ઘણી નાતવાન છે; પણ તેમાં તેના સગાંઓનોજ વાંકછે. આપણી કેટલીએક અન ઘડ ઓરતોની શું વાત કહું; મનેતો બરાબર સમજ નથી પણ તે બી ચારી ઓરતને કાંઈ કારણને લીધે કેટલાએક દાહાડા લગી ચાહે અને રોટલી સીવાયે બીજું કાંઈ આપીયું નહી; અને જોકે મેં શેરવો, ઈડાં, વાઈન અને બીજી કુવતદાર ખોરાક આપવાને બલામણ કીધી હતી, પણ તે પરમાણે તેઓ ચાલીયાંજ નહી. પણ તમને બીજી શું વાત કહું. તે ઓરતને ખોરાક નહી મલીયાથી તેનું કુદ તદત સુકાઈ ગયું અને મુરખ જેવી ઓરતોએ તે બચાંને નજદીક દશ દાહાડા લગી ચાહેતા પાણી ઉપરજ રાખીયું. દશએક દાહાડાની વાત ઉપર મને બચાંને જોવાને મારે બોલાવીયો હતો અને એવું પીલાયેલું, ફુલું, સોહોરાઈ ગયેલું બચું મેં કદી જોયું નહી. તે બચાઈ બચું વગર ખોરાકને લીધે પીલાઈને આજ તરણ દાહાડા થયા મરણ પામીયુંછે.

૬૧૦—અકસોસ જેવુંછે જે આપણા લોકોની ઓરતો માહેથી

હજીર વેહેમ જતો નથી. કેટલેએક ઘેરે બેહરાંમીગોડ અને બીજી ગોડ પાલવામાં આવેછે. જો સાસુ પાલતી આવેલી હોયછેતો વહુને પણ તે પાલવાની ફરજ પાડેછે અને તે વખતે ચાહે રોટલી અથવા ગોલ રોટલી સીવાયે સઘલી જાતનું ખાવા પીવાનું બંધ કરી નાખેછે. એવા વેહેમને લીધે બચું તેમ માએ પણ ભોગ થઈ પડેછે તેનો દાખલો મેં-મારી નજરે જોયોછે. તમે-કહીયું તેમ માએ તદ્દન નાતવાન થઈ ગઈ, તેવામાં ખરાબ તાપ આવી અને જોકે ડાકટરોએ કુવતમંદ ખોરાક આપવાને ફરમાવીયું પણ પેલી કમજાત સાસુએ તેવું કંઈ કીધું નહીં; માએ મરણ પાંખી અને થોડા દાહાડામાં બચું પણ મરણ પાંખીયું.

૬૧૦—વારૂં, એજ દાખલા ઉપરથી બચું જનમીયા પછી તરત શું માવજત કરવી તે વીશેની સમજણ તમુ લોકોને આપવાને મારે આજે મેં વીચાર કીધોછે. જીવો આપણી દાઈએ બચું જનમીયા પછી તરત શી તરેહથી માવજત કરેછે. એક તપીલામાં ગરમ પાણી મંગાવેછે અને બચાંને એક હાથમાં પકડીને તેમાં ખોરેછે અને બીજા હાથે જ કાંઈ ચીકની વસતુ બચાંના બદન ઉપર હોયછે તે ઘાઈ નાખેછે. તેજ પાણીએ મોહોડું, માથું ધુવેછે અને પછી એક કટકામાં બચાંને વીટાલીને બીજાં કપડાંએ નુછેછે. તે પછી તેને ઉઘાડું ને ઉઘાડુંજ પોતાના પગને લાંબા કરીને તે ઉપર મુકેછે; પછી જરા ઘીઈ અથવા તેલ-લેઈને તેને સઘલાં આંગને હાથ વતી લગાડેછે. નાખમાં જરા તેલની આંગલી ઘાલેછે; માથાં ઉપર તેલ રેડેછે અને માથાંને હલવેથી ઠોકી ઠોકીને જાણે સરખું કરતી હાથે એ પરખાણે કરેછે. તે પછી માથાં ઉપર એક કપડાંની ટોપી કરીને બાંધેછે. એવામાં એક જાણુ ગોલનું પાણી કરીને લાવેછે. દાઈ એક નરમ કપડાંને કટકો લેઈ તેનો એક કાકરો કરેછે, તે ગોલનાં પાણીમાં ખોરીને બચાંના મોહોડાંમાં ચુસવા આપેછે. બચાંએ થોડું એક ગોલનું પાણી ચુસીયું એટલે તેને ઝોરીમાં સુવાડેછે. તેની ઉપર એક જાડી ગોડરી ચોઢારેછે અને વલી તે ઉપર એક બીજું ચોઢાણું મુકીને આખું આંગ ઢાંકી નાખેછે. એ પરખાણે બચાંની પેટે લી મેનીજ આપણી દાઈએ કરેછે. વારૂં, શીરીનબાઈ તમે એવી મેનીજ વારેઘડીએ જોઈ હશે અને તેમાં તમુને વાંધા ભરેલું અથવા ખામી ભરેલું કંઈ લાગેછે?

શી૦—હું તો કાંઈ એમાં ખાંખી જોતી નથી; પછી તો વધી તમે સમજાવું આપો તે ખરી.

એવામાં બાનુબાઈ જે શીરીનબાઈની પાસે બેઠેલાં હતાં તેવણે હુસે શીરીનબાઈનાં કાનમાં કહીયું જે એ સઘલી માવજત તો દાઈને જાણવી જોઈયે.

શી૦—બાનુબાઈ જે તમુને પુછવું હાથે તે સુએથી આપણા ડાકટરને પુછો, તેવણ તમુને જવાબ આપવાને કાંઈ ના કેહેછે ?

બા૦—વારૂં ડાકટરજી, તમે જે હમુને એ બાબદસર સમજાવું આપવા માંગોછો તેમાં હમુને શું કાંઈ હો. બચાની પેહેલી માવજત તો દાઈજ કરેછે; સુવાવડીથી તો એ માવજત થઈ શકે નહીં. આપણે કાંઈ બચાને નહુવાડતાં નથી; કે ગોલ પાણીની પાતાં નથી.

ડા૦—બાનુબાઈ; આપણે હરેક કાંઈ બાબદનું રાન મેલવીયેછ તે એ સમજથી નહીં કે તે આપણને કામે લાગવું જોઈયે; અથવા તે કામમાં આપણને પડવું જોઈયે. હું તમુને દાઈની કેટલીએક ખાંખી દેખાડી આપું અને તે ખાંખીએ જાણીને પછી જો કોઈ કાલે તમુને તમારા કોઈ સગાની સુવાવડમાં હાજર રહેવું પડીયું અને તે વખતે તમે દાઈને ચોકસ રીત પરમાણે ચાલવા તથા કરવા કેહો, તો કેટલો કાંઈ થાયે વારૂં, અને વધી તમુને પોતાને તેથી કેટલો આનંદ ઉપજે, કે વારૂં, જો મને એટલું રાન હતું તો મેં એટલી લુલ ભાંજી.

બા૦—માફ કરજોજી. આ સવાલ કરવામાં મેં ખરેખર નાદાની બતલાવીછે.

ડા૦—નહી, તમે એથી કાંઈ બીજા સવાલો કરવાને અચકતાંનાં, વારૂં હવે એ દાઈની ખાંખી હું તમુને બતલાવી આપું છું. પેહેલાં તેઓ જે કાંઈ કરેછે તેમાં કાંઈ ચોકસ નીયમ રાખતાં નથી; સઘલું કામ કહંગી રીતે કરેછે. પાણી કેટલું ગરમ લેવું તેની કાંઈ સમજ રાખતાં નથી; ઘણી વેલા પાણી એટલું તો ગરમ લેવામાં આવેછે કે જ્યાં બચાને ઈજા પોહાંએછે અને પાણીમાટેથી બાહર કાઢાડતાં લાલ લુંડ જેવું દેખાયેછે.

શી૦—તારે પાણી કેટલું ગરમ હોવું જોઈયે. ઘણું કરીને દાઈ એ હાથ ધરીને પાણી કામે લગાડેછે.

ડા૦—એ રીત ખોટીછે. પાણીની ગરમી આપણા લોહીની ગ

રમી બરાબર હોવી જોઈએ; અને એ ગરમી ૯૬ થી તે ૯૮ દીગરી લગીની ગણાયેછે. જો ગરમી એથી વધુ હોયેછે તો બચાંની નાજીક ચાંમડીને નુકસાની કરેછે અને લોહી ચામડી ઉપર ધાઈ આવેછે. એટલા માટે જરૂર છે જે દરેક ઘરમાં થરમામીટર અથવા ગરમી માપવાનું હથીયાર હાનર હોવું જોઈએ. એ હથીયાર એટલું તો સાધારણ અને સસતું છે કે તે દરેક કુટુંબમાં રાખવું જોઈએ.

શી૦—ડાક્ટર, વારૂ, તમે જાણોછો, જો એમ કરવા બેસીયે તો પછી શઘલાં લોકો હમુને ચેરાંચીખાંમાં ખપાવે; પણ શું થરમામીટર વગર કામ ચાલે કે નહીં. આપણે પાણીમા હાથ મુકીને ગરમી તપાસી જોઈએ અને જલંદીથી જાણી શકીયે કે એ પાણી કામ લાગી શકે કે નહીં.

ડ૦—શીરીનબાઈ તમે આવા દાહાપણવાલાં થઈને લોકો તમને ચેરાંચીખાં કેહે તેની દરકાર રાખીને એક અગતની ચીજ પડતી મુકવાનો વીચાર આપોછો એ સાંભલીને હું અનબ થાઉં છું. કદાચ તમને એ હથીયારની ખુબીની સમજ પડતી નહીં હશે; પણ જો હું તમને સમજાઉં કે જો કદાચ બચું નબલું હોયે અને ગરમી જરા વધુ પડે, કે જે માતરે હાથ મુકીયાથી માલમ પડી શકે નહીં, કાંચેકે તમે જાણોછો તો ખરાં કે એકને પાણી ઘણું ગરમ લાગેછે તે બીજાને કુકુ લાગેછે, તો તે બચાંને હરાતગતી પોહોચીયા વગર રહે નહીં. એ ઉપરથી આપણી દાઈઓની બેસમજનો બીજો દાખલો આપું છું. બચું નબલું હોયે કે નહીં તેની કાંઈ પણ સમજ રાખીયા વગર જેવું બચું જતમીયું, એટલે તેને ગરમ પાણીમાં નહવાડવામાં જોઈએ. પણ તેઓ સમજતાં નથી કે નબલાં બચાંને જેનાં આગમાં હજુરતો બરાબર ગરમી આવી નહીં હોયે, હજુરતો દમ બરાબર ચાલતો નહીં હોયે, તેને ગરમ પાણીમાં મુકીયાથી બેસુધી થઈ જાયેછે; અને એ પરમાણે ઘણા નબલાં બચાં જે જરા માવજતથી છુવી શકે, તેઓના જાન જરા બેસમજને લીધે બરબાદ થયાછે.

શી૦—હા, હવે હું થરમામીટરનો ખરેખરું ગુણ જાણીએ તે સમજાઈ; પણ શું બચું નબલું હોયેતો પછી તેને નહવાડવું નહીં કે.

ડ૦—જો જરૂર પડેતો તરણ ચાર કલાક લગી બચાંને પુરતી આસાયેશ આપવી; જો આંગ થંડું હોયેતો ગરમી પોંહોચાડવી અને દ

મ બરાબર ચાલતો નહી હોયેતો તેના ઉપાયો લેવા, અને જોયું કે બચું હવે જરા હુશીયારીમાં આવીયું છે એટલે તેનું આંગ ઘોવામાં આડ્યણુ નથી.

બા૦—વારૂ, ડાક્ટરજી, બચાનું જનમીયા પછી તરત આંગ ઘોવાની શી જરૂર છે. એક બે દાહાડા રહીને ધ્રુવેતો શું છે ?

ડા૦—તમને ખબર નહી હશે, પણ સઘલાં તરતના જનમેલાં બચાંના આંગ ઉપર એક ચીકની સફેદ લાહી જવી વસતુ વલગેલી હોયે છે. ઘરલસથાનમાં બચાંનાં આંગ ઉપર એવી વસતુની જરૂર છે, કાંયે કે તે સઘલો વખત એક જાતના પાણીમાં રેહે છે, પણ જુવું તે ખોલી હવામાં આવીયું એટલે એ વસતુ ચામડીના ખંચાવ કરીયાને બદલે ઉલટી ખુબવે છે અને તેથી તેને જમ બને તેમ જલદીથી કાહાડી નાખવી જોઈયે.

બા૦—પણ જો રેહેવા દીધાં તો ચામડીને શું નુકસાંની થાયે છે વારૂ ?

ડા૦—થોડા વાર લગી કદાચ એક બે કલાક લગી રખાઈ શકાયે, પણ તે પછી તે વસતુ કોહોવા માંડે છે અને તેથી ચામડી છોલાઈને તે ઉપર ચીરા પડી આવે છે. ઘણી વેલા જલદીથી સાફ કર્યા છતાં કેટલાં એક બચાંની ચામડી સોહારાયેલી માલમ પડે છે.

બા૦—તારે આ ચીકની વસતુ કાહાડવાની કાંઈ સંભાલ લેવી પડતી હશે ખરી.

ડા૦—જે રીત દાખલે પડે છે તે ઘણી અધુરી હોયે છે અને તે થી બચાં શકતું નથી; અને જારે બીજી દાહાડે તે જાણે છે અને તે વખતે ચામડી ઉવાને માટે તેમાં બચાંની ચીક એટલે

શી૦—વારૂં, ડાકટર, આપણા લોકો કદી લાકડાંનું તબ વાપડે
લી કે અને ગરીબ માણસ એવાં તબ કાંડાં લેવા જાયે વારૂં ?

ડા૦—ખરી વાત છે કે ગરીબ માણસથી કેટલી ચીજ બનવી મુશ
કેલ છે, પણ જે લોકોથી બની શકે તેને તે કરવું જોઈએ કે નહીં ? વ
લી જે તમને લાકડાની અડચણ હોયેતો લોહાડાંના પતરાંનું તબ પણ
ચાલી શકશે. હવે કાંઈ વાંધો રહેયો. વારૂં, હવે બચાને કેમ નહવા
ડવું તેની સમજ જોઈએ. જે તે લાહી જેવી વસતુ પતલી પંથરાયેલી
હોયેતો માતરે એક જનો ફલાનેલનો નરમ કટકો અથવા એક વાંદલું
પાણીમાં બેરીને ફેરવીયાથી તે નીકલી જશે અને આંગ સાફ થશે. પણ
જારે તે વસતુ ચીકટ અને જાડી પંથરાયેલી હોયેછે તારે માતરે કપડું ફે
રવીયાથી જલદીથી નીકલી શકતી નથી. એવી હાલતમાં બચાના આખા
આંગ ઉપર માખન, ઘોઈ અથવા સાલાડ તેલ ચોપડવું અને પછી વાંદ
લું ફેરવીયાથી સાફ થઈ જશે. જે આંગ ઉપર તેલનો ચીકાસ રહી
જાયેતો જરા સાબુનું પાણી કરીને તેથી આંગ ધોવું. જે તેલ લગાડ
વાની જરૂર નહીં પડેતો પછી સાબુની પણ કાંઈ જરૂર નથી. એ વસ
તુ કાહાડતી વખતે એક સંભાલ લેવાની અગત છે અને તે વીશે આ
પણી દાઈએ કદાચ જ વીચાર રાખેછે. જે પાણીએ અથવા વાંદલાંએ
આંગ સાફ કીધું, તેજ પાણી અથવા વાંદલું કદી મોહોડાં ઉપરની
ચીકની વસતુ સાફ કરવાને વાપડવું નહીં. તરત પાણી અને વાંદ
લું અથવા કપડું બદલી નાખવું અને તે વતી એહેરાને સાફ કરવો.

શી૦—તેજ પાણી અથવા વાંદલું લગાડીયાથી વારૂં શું અવગુ
ણ થાયેછે ?

ડા૦—બચાની આંખ ઘણી નાજુક હોયેછે અને જે એ ચીકની
વસતુ બચાની આંખમાં જાયેછેતો તેથી આંખને નુકસાંની પોહાંએછે,
અને ઘણી વેલા તેથી બચાની આંખ પણ જાયેછે.

શી૦—તમે કહોછે તે હવે મને ઘેયાનમાં આવેછે. મેં ઘણાએક
તરતના જતમેલાં બચામાં બીજે અથવા તરીજે દાહાડે તેઓની આંખ
લાલ થઈ મુજ આવીને તે માહેથી પણ નીકલતું જોયુંછે; અને મને
પકી યાદ છે કે એક બચાની આંખમાં કુલાં પડી આવીયાં હતાં અને તે
બચું હજુર આંખથી હેરાન છે. શું ત્યારે તે વસતુ આંખમાં જવા
થી જ હશે કે ?

૬૧૦—તેમાં કાંઈ શક નથી. જારે કદી પણ તમે જે તરણ દા હાડાના બચાંને એવી આંખ સાથે જીવો તારે ખચીતથી સમજાવે કે દાઈતી જે સમજાવે લીધે એ મોહાકાણ થઈછે; અને બાનુબાઈ હ વે તમુને સમજ પડશે કે એ બાબદનું જ્ઞાન તમુને હોવાથી તમે કેટ લું કરી શકશો; તમે દાઈને એમ કરતાં જોઈને તરત અટકાવશો અ ને તમારા એટલા જ્ઞાનથી જો એક બચાંની આંખ બંધેતો તમુને કે ટલું સવાબ લાગે.

વારૂ, હવે આંગ સઘલું સાફ કીધામાં પાંચ અથવા દશ મીનીટ થી વધારે વખત થવો નહીં જોઈયે; કાંપેકે બચાંને ઘણાવાર લગી પાણીમાં રાખીયાથી તેને થાક ચહડેછે અને તે સુસત થતું જાયેછે. વ લી જારે બચાંને નહવાડતાં હોયે તારે તેનાં આંગ ઉપર જરા પણ પવન ફુકવો નહીં જોઈયે, નહીતો ખચીતથી સરદી થઈને સરકમ, ઠાંસો, તાપ ઇતીયાદી થઈ આવીયા વગર રહેશે નહીં.

હવે, જેવું સઘલું આંગ સાફ થઈ રહેયું એટલે તેને એક નરમ કપડાંમાં વીટાલી લેવું, તેથી સઘલું પાણી ચુસાઈ જશે અને પછી બીજાં કોડાં કપડાંમાં વીટાલવું.

અલખત એટલા વખતમાં બચાંને થાક ચહડી આવશે અને સુ સતી લાગશે તેથી બેહેતર એછે જે તેને તરત પાણીમાં સુવાડવું. જો બચું ઘણું નબલું હોયેતો ફલાનેલનાં કપડાંમાં વીટાલીને સુવાડવું; નહીતો સુતરાઉ કપડું બસછે. બચું તરત ઢંઘાઈ જશે અને જે તરણ કલાક રહીને ઉઠશે.

૬૧૧—પણ આપણી દાઈઓતો તેને ગોર પાણી પાયા વગર સુ વા દેતી નથી.

૬૧૦—હા; એ તેઓની મોટી ભુલછે; પણ હાલ વખત થઈ ગયો છે અને આવતી વેલા બાકીના કેટલોએક હજુર અગતનો ભાગ રહે થોછે તે વીશે આપણે વાત કરશું. હાલતો હું રજા લેઉં છું.



હંદગી લાંબી રાખવાની કલા.

—0000—

માણસની લાંબી હંદગીના દાખલા.

ART OF PROLONGING LIFE.— EXAMPLES OF LONGEVITY OF MEN

માણસની હંદગી કેવી તરેહની છે અને તેની લંબાઈ શા ઉપર આધાર રાખે છે, એ અગતની બાબત વીચાર કરવા આગમન, આપણી આગલ માણસની હંદગીની લંબાઈના દાખલાઓ કીયા છે, હંદગીની લંબાઈ કાંહાં લગી પુગી છે અને તે દેશની હાલત અથવા તન અને મનની હાલત ઉપર કેટલો આધાર રાખે છે અને તે ઉપરથી શું સાર નીકલે છે, તે વીચારી જોઈએ.

સઘલાં લોકોનો એવો વીચાર છે કે અસલના લોકો કદે ઘણા મોટાં, તને જોરાવર અને ઘણીજ લાંબી હંદગી ભોગવતાં હતાં. એમ કહે છે કે આદમબાવાની ઉંચાઈ ૯૦૦ વારની હતી અને તે એક હજાર વરસ લગી જીવીયો હતો. હાલની સોધ ઉપરથી માલમ પડીયું છે કે એ વીચાર ગલત છે, કાંયેકે જે હાડકાં માલમ પડીયાં હતાં, તે માણસના નહીં હતાં પણ હાથી અને ગેનડાના હતાં. વહી આગલા જમાણામાં વરસ માતરે તરણ મહીનાનું હતું, તે પછી આઠ મહીનાનું થયું અને છેલ્લે બાર મહીનાનું થયું; હજુર લગી કેટલાંએક દેશોમાં વરસ માતરે તરણ મહીનાનું ગણવામાં આવે છે. એ ઉપરથી કેટલીએક અન્ય ઉપજાવે એવી બાબતો સાધારણ જવી થઈ પડી છે અને અસલના લોકોની હંદગી હાલના જમાણા કરતાં વધુ નહીં હતી.

એજ પરમાણે, આપણા ધરાણી બાદશાહો વીશે લખવામાં આવીયું છે કે તેઓ હજાર અને દોહોડ હજાર વરસની લાંબી હંદગી ભોગવતા હતા તે એજ ઉપરથી સેહેલથી સમજ પડી શકે છે.

યાહુડી લોકોની તવારીખ ઉપરથી માલમ પડે છે કે એબ્રાહમ જે ઘણો જોરાવર મનનો હતો, તે ૧૭૫ વરસ લગી જીવીયો હતો; તેનો છોકરો આઈઝાક એક ઘણોજ સજુરીવાળો અને મીઠા મીઠાનનો માણસ હતો અને તે ૧૮૦ વરસ લગી જીવીયો હતો; જ્યેક જોકે સ

કન હતી. કુનીયા જુની થાયેછે તેમ માણસની ઉમરમાં કાંઈ ફરક પડતો હોયે એવું લાગતું નથી; પણ જે જગામાં ખેતી થાયેછે અને તેથી તેની આખોડવા સુધરેછે તેમ તાંહાંના રેહેવાસીઓની ઉમર જ્યાંદે થતી જાયેછે. જેમકે, એક દાખલો લેઈયે. હાલ ઈટલી દેશમાં વેસ પેશીયનના વખતની મીસાલે બુઠાં માણસો મલી આવતાં નથી અને તેનું કારણ એછે જે તે વખતે તાંહાંની આખોડવા આડ જંગલથી વધારે થંડી હતી અને લોકો વધારે જોરાવર હતાં. ઘણી વેલા બનેછે જે જમીન આગલ થંડી હોયેછે તે પછી ગરમ થાયેછે અને જે ગરમ હોયેછે તે થંડી થાયેછે અને તે પરમાણુ લોકોની તનદરોસતીમાં પણ ફેરફાર થતો જાયેછે.

એ પરમાણુ ખોલ કીધાથી માલમ પડેછે કે જેમ આગલ જીંદગી લાંબી હતી તેમ હાલ પણુછે; ફરક માતરે એટલોછે કે જેમ આગલ ઘણા જણ મોટી ઉમરે પુગતાં હતાં, તેમ હાલ ઘણા જણ પુગતાં નથી.

હવે, માણસની જુદી જુદી હાલત પરમાણુ તેઓની જીંદગીમાં ફરક કેટલો હોયેછે તે તપાસી જોઈયે. આ કુનીયામાં સઉથી મોટું સુખ ભોગવનારા અને કુદરતની સઉથી મોટી બક્ષીશમાં પુર શાહાન શાહ, બાદશાહ અને ઉમરાવોછે. હવે એવી હાલત સાથે તેઓની જીંદગી કેટલી લાંબી રહેછે. અસલની તવારીખથી માલમ પડેછે કે થોડાજ એવા બાદશાહો હતા કે જેની ઉમર હેંશી વરસની થઈ હોયે ને એવી હાલત હાલના બાદશાહોની પણુછે. રૂમી બાદશાહો આ ટસથી તે હાલ લગીમાં નજદીક ૨૦૦ થઈ ગયાછે; પણ તેમાં માતરે ૧૨ બાદશાહ ૮૦ વરસની ઉમરે પુગા હતા. ઓગસ્ટસ જાતે અંચલ અને આલાક પણ નરમ સવભાવનો અને મધીયમ રહેનાર ૭૬૦ વરસ લગી જીવીયો હતો.

એમ કેહેછે કે ચૈરંગઝેબ ૧૦૦ વરસની ઉમરે પુગો હતો, પણ તે બાદશાહના કરતાં વધારે લામતો હતો.

હાલના વખતમાં પણ બાદશાહોની મોટી ઉમર ગણવામાં આવતી નથી. તેમાં ફરાંનસના બોરબોન તોખમના બે બાદશાહ સીવાએ સઘલાઓની ઉમર ટુકી હતી. બીજા ફરેડરીકને મારે કેહેછે કે મોટી રંજ અને મેહેનત, અને નજદીક ૨૦ વરસ લંડાઈમાં કાહાડીયા છતાં ૭૫ વરસની લાંબી ઉમરે પુગો હતો.

એજ પરમાણે નબદીક ૩૦૦ પોપ થઈ ગયા તેમાં માતરે પાંચ જ ૮૦ વરસની ઉમરે પુગા હતા.

ગોસાંઈ અને સાધુ લોકોમાં ઘણા અનન્ય દાખલાઓ મળી આવે છે. તેઓ ખાધા પીધામાં જબરો અંદાજ સાથે, મનને સઘલી રીતે મારવા સાથે અને સઘલી જાતના મીઠાને દુર કીધા સાથે, વીચાર અને અંદેશામાં જાંબી ગુજરવા સાથે તેઓમાં મોટી ઉમર જણાવીયે છે. પાલ નામના સાધુને મારે કેહે છે કે ઘણીજ પોતાના તન ઉપર જબર દસતી પાડીયા છતાં ૧૧૩ વરસ અને સેન્ટ આનઠની ૧૦૫ વરસ લગી જીવીયા હતા. સેન્ટ દેવીડ ૧૪૬ વરસ, ડીઓડોર જે આરમ્બ બીશપ આફ્રિકાનટરબરી હતો તે ૮૮ વરસ લગી જીવીયો હતો. આ પછે પણ આજે હીંદુસ્થાનમાં સાધુ અને ગોસાંઈઓને મોટી ઉમરે પુગેલા જોઈએ.

વીચાર વાલા ફીલસુફો મોટી ઉમરે પુગેલા જણાયે છે. અસલના વખતમાં ફીલસુફોની બે ટોલી, સટોઈક અને પીઠાગોરીયન, જે પોતાના હવસો મારવામાં અને અંદાજેસર રહેવામાં પોતાની ફરજ સમજતા હતા, તેઓમાં મોટી ઉમરવાલા માલમ પડે છે. પલેટો અને આઈસોક્રેટીસ ૮૧ અને ૯૮ વરસની લાંબી ઉમરે પુગા હતા. આ પોલોનીયસ જે તને અને મને જોરાવર હતો, તે ૧૦૦ વરસની ઉમરે પુગો હતો. ઝેનોફીલસ પણ પીઠાગોરીયન હતો અને તે ૧૦૬ વરસ લગી જીવીયો હતો.

હાલના વખતમાં પણ ફીલસુફો મોટી ઉમરે પુગા છે. નીયુટન અને બેકન ૮૪ અને ૭૮ વરસની લાંબી ઉમર લગી જીવીયા હતા. થુલર નામનો ફીલસુફ ઘણોજ મેહેનતુ હતો, તેણે નબદીક ૩૦૦ બાબદો ઉપર લખીયું છે તે ૭૭ વરસ લગી જીવીયો હતો; અને કાન્ટ નામનો ફીલસુફ ઈ. સ. ૧૮૦૪ માં ૯૦ વરસની ઉમરે મરણ પામીયો હતો.

સકુલ માસ્ટર પણ લાંબી મુદત લગી જીવીયા છે તેના દાખલા ઘણા છે; કદાચ જુવાન છોકરાઓ સાથે ભેલાયાથી તેઓની ઉમરમાં વધારો થયો હોય.

કવી અને ચીતારા લોકો જોના વીચાર અને ખેવાલ ઉંચી કીસમની બાબદ ઉપર જાયે છે અને જે જાણે કે હમેશાં એક સપનાની જાંબી ગુજરે છે, તેઓ પણ ઘણી લાંબી ઉમર લગી જીવીયા છે.

તનદરોસતીને લગતી હીંદુ લોકોની રીતભાંત.



(ખતમ પાંને ૨૦૦ થી.)

HINDOO SOCIAL HABITS VIEWED IN RELATION TO HEALTH.

તનદરોસતી જાલેવવાને માટે, ખોલી હવા, ખોરાક, કપડાં, પાણી, સફાઈ, કસરત અને ગમતને લગતી મુખીય જરૂરીયાત બાબતે ઉપર ઘેવાન આપીયા પછી, હવે હું હીંદુ લોકોની રીતભાંતથી પેદા થતી ખાસ પીડાઓ, કે જેનું મુલ મંદલીઓના રેવાજમાં અથવા અસલના વખતના બાંધેલા ધારાઓમાં અને ધરબારને લગતી રીત ભાંતોમાં શીરૂ થયેલું છે, તે વીશે વીચાર આપું છું.

ઘરભવાલી ઓરતની છુટકની આગલ અને પાછલની માવજત ઘણી અગતની બાબત છે. આબરૂવાલા હીંદુ અને હલકે વાઘેના લોકો ઘરભવાલી ઓરત ઉપર ઘણો પેયાર બતાવે છે; પણ વેહેમ ભરેલી ધાસતીથી અને ધરમને લગતાં ફરમાણોથી એટલીતો ઉલટી રીત ચલાવવામાં આવે છે કે જે તેણીની તરફ દેખાડેલો પેયાર અને માવજત ખરેખર ઘાટકીપાણું છે. જારે છુટક થવાનો વખત નજદીક આવે છે તારે તે જે ચાહે છે અથવા તેના સગાં જે સહી સારો વીચારે છે તે ખોરાક તેણીને ખવરાવે છે. ખાટાં ફરૂટો, મીઠાઈ, અને સઘલી જાતના હાંચાં અને ભારી પકવાનો તેણીને આપે છે, અને એમ કરવાનું કારણ એ છે કે, લોકો એવી ધાસતી રાખે છે કે જે તે સારી પેઠે ખોરાક લે નહીં તેના છુટક જલદીથી થઈ શકતો નથી. રખે તેને છુટક થતાં કાંઈ અડચણો નહીં એવા વીચારથી ખોરાક પોશતીક છે અથવા અવગુણુ કરે એવો છે તેનો વીચાર કરીયા વગર જે ગમે તે ખાવાને આપે છે. તે એટલે સુધી કે નવમાં અથવા દશમાં મહીનામાં તેના સગાં વાહાલાં અને દોસતોની આગલ તરેહવાર જાતના પકવાનો ખાય છે; જેને સાદ કરીને કેહે છે. જારે છુટક થવાનો વખત આવે છે તારે તેને પોતાના ઓરડો છોડવાની જરૂર પાડે છે અને ઘણું કરીને ભોંયેતલીયે એક ઓરડામાં લેઈ જાય છે, જે ઘણું કરીને સરદ અને વગર હવાનો હાય છે. ઓરડો બદલવાનું કારણ એ છે; લોકોનો એવો વીચાર હાય છે

જે છુટક થયા પછી ઓરત તંને તેમ મને નાપાકુ થાયેછે. થોડો વખત સુધી તેણીની સાથે સઘલી જાતનો સંબંધ બંધ કરી નાખેછે; જો જનમેલો છોકરો હોયેછે તો ૨૧ દાહાડા અને જો છોકરી હોયેછે તો આખો મહીનો નાપાકી રહેછે. ઘણીજ અતલગતી ઓરતો સીવાએ તેને કોઈ જોવા જતું નથી, અને તે લોકો પણ તાંહાંથી આવીયા પછી કપડાં બદલેછે અને નાહીને આંગ ધોયેછે. એવી હાલતમાં સુવાવડીના મનની હાલત કેવી હોયે તે સેહેલથી વીચરાઈ શકાશે. જીંદગીના સઘલી જાતના સુખથી બંધ કીધીછે, કે જ્યથી તેની ઉપર માંડી અસર થયા વગર રહે નહીં; એટલુંજ નહીં, પણ જે તેની આવી તાજુક હાલતમાં મનની ખુશાલી, અને સોખતીની જે ઘણી જરૂરછે, તેથીજ બંધ કરવામાં આવીછે. દેશી લોકોની સુવાવડીની માવજત કરવાની રીત એક જાતનો જીલમ અને ઘાટકીપણુંછે. બચાંના જનમ થયા પછી નારીયાને એક ચાલતાં હુથીયારથી કાપીયાને બદલે એક બામળુની સીપથી કઢંગી રીતે તોડી નાખવામાં આવેછે. અને તેથી બચાંની કુતીને હમેશાંની નુકસાની કરેછે અને તેથી એટલુંતો દરદ થાયેછે કે બચાંને ઉપલીયું અને ધનુરવા થઈ આવેછે. દેશી બચાંઓમાં જનમ પછી તરત જે ઘણા મરણો થાયેછે તે એ રસમને લીધેછે. સુવાવડીના ઓરડામાં એક ચાલુ બલની સગડી રાખેછે અને તે પણ એપરેલ જોવા ગરમ મહીનામાં અને જારે ઓરડાની હવાની ગરમી ૧૧૦ ફોગરી લગી થાયેછે. બેઉ માએ તથા બચાંને એ સગડીની પાસે સુવારેછે અને ઘાઈ પોતાને હાથે તેઓને ગરમ સેક કરેછે કે જ્યથી તેઓના બદન ઉપર ફોફાઈઆ ઉઠી આવેછે. બાહરની ગરમી વતરોગે, બદનની ગરમી વધારવાને માટે માએને ગરમ વસાના અને કાહાવા પાયેછે કે જ્યથી તેની લુખ તદન મરી જાયેછે અને જે એક વરસ લગી તેને તાપની હાલતમાં રાખેછે.

હીંદુના બચાંની ઉધારવાની રીત અને બોરાક એવોછે કે તેથી બચાંને ઉધર મનમાનતો થતો નથી. માએ પોતાના બચાંને તરણ વરસ લગી ધવાડેછે અને તરણ વરસ લગી તેને કાંઈ પણ પકાવેલો બોરાક આપતી નથી. જો કદાચ બચું એટલી ઉમરે પુગે તેની આગમ જ માએને હમેલ રહેછેતો બચું આજારી પડીને કુબલું થતું જાયેછે; કાંયેકે એવી હાલતમાં માએ હજુર બચાંને ધવાડીયા કરેછે અને એવી

વખતે તેને છોરવંતું ઘણું બીકટ પડે છે. છોરવીયા પછી બચાનો બો રાક મીઠાઈ હોય છે કે જ્યાં બદનને કાંઈ પણ જાતનું પોશણ મલતું નથી અને તેથી બદનની નબલાઈ રહે છે. તરીજ અથવા ચોથે વરસ લગી બચાં નાંગાં ફરે છે અને તેથી હવાનો ફેરફાર તેઓની તનદરોસતી ઉપર ઘણી ખાટી અસર કરે છે. નાંગી હાલતમાં બચાં કદી પણ સફાઈ જાલવતાં નથી. તેઓની સઘલી જાતની રમત તથા ગમત કાદવ, ઈંટ, ધુલ, અને રાખ સાથે હોય છે; અને તેથી બદન ખડાઈ જાય છે, પણ માએને બદન સાફ કરવાનો કાંઈ ખેયાલ આવતો નથી, કાંચેકે બચાંનું આંગ ઘોયાથી તનદરોસતી જાલવાતી નથી એવો તેનો ખેયાલ હોય છે. નીશાલે જતાં છોકરાંના બદનની વધારે સારી માવજત લેવાય છે; તોયપણ કેટલાંએક ગાંમડાંમાં તમે બચાંને જોશો કે જનું બદન અને કપડાં સીદાઈથી ખરાબ થઈ જાય છે અને દાહાડાને દાહાડા વીતી જાય છે પણ તેની કાંઈ સંભાલ લેવાતી નથી.

હીંદુ લોકોમાં જલદી લગન કીધાથી ઘરખારની કેટલીએક પીડાઓ પેદા થાય છે, એટલુંજ નહીં પણ આ દેશના લોકોની ના તનદરોસત અને કુબલી હાલતનું એક કારણ છે. એવાં લગનથી પરણેલું જોડું જોર જીલમથી જલદીથી પાંક ઉપર આવે છે અને જીવાની બીજાં ગરમ દેશો ના કરતાં ઘણી નાહાની ઉમરે આવી જાય છે. બાર વરસની છોકરીનાં હાથમાં એક બચું અને સોલ વરસનો છોકરો બચાંનો બાપ, એ વારેઘડીએ જોવામાં આવે છે. પચીસ વરસની હીંદુ ચોરત બુઠી દેખાય છે અને જીવાનીનો બાહાર તદ્દન જતો રહે છે. એજ નાહાનપણ નાં લગનને લીધે તેઓ હજીરતો બર જીવાનીમાં આવતાં નથી એટલાંમાં આ દેશના મરદોમાં મરદાઈ અને જાતી હીમત જતી રહે છે અને ચોરતો બુઠી માલમ પડે છે.

હીંદુ લોકોની એક બીજી રસમ મરતી હાલતમાં આવેલાં માણસોને ગંગા નદીને કીનારે લેઈ જવાની છે અને જો જાહેર તનદરોસતી ના કાયદાથી તદ્દન ઉલટું છે. એવી ધીકારવાળેગ રસમને ધરમનો ટેક મલે છે અને તેથી એ હાલતમાં કોઈથી વચે પડાઈ શકાતું નથી.

ઘરસથો, એ પરમાંણે મારી ડાકટર દાખલના અનુભવથી અને જાતે એક હીંદુ હોવાથી મેં ઉપર જણાવીયા પરમાંણેનું હીંદુ લોકોનાં હાલતનું એક ખરૂં ચીતર આપીયું છે; જો આહાતેતો હજીર વધારે બા

રીકીથી લંબાવતે; એ બાબદ એવીછે કે તેનો છેડોજ નહી આવે; પણ દુક વખતને લીધે એટલુંજ જાણાવીને ખતમ કરું છું.

સપનાના અજાયબ જેવા દાખલા.



EXTRAORDINARY EXAMPLES OF DREAMING.

ડાક્ટર આબરકરામખીએ સપનાને લગતા ચાર મુખીય ભાગ કીધાછે અને દરેકના અજાયબી ઉપજાવે એવા દાખલાઓ આપીયાછે અને બનતાં મુખી તેની સમજ પણ આપીછે. એ દાખલાઓ જાણવા જોગછે અને તેથી સપનાની ખુબી બરાબર સમજ પડી શકશે.

પેહેલું, તરતનો થયેલો કાંઈ પણ બનાવ તથા તરતની મન ઉપર કાંઈ પણ અસર થઈ હોય તે સાથે કાંઈ જુની બાબદ સાથે ભેલાઈને સપનો પેદા થાયછે; કદાચ આપણે કાંઈ દુખદાયક બનાવ થયેલો સાંભલીયો હોય, અથવા કોઈ ઘેર હાજર દોસતને વીશે ખરાબ ખબર આવી હોય, અથવા આપણે એવા કાંઈમાં કોઈ સાથે પડીયા હોઈયે કે જેથી આપણું મન ચતપત રહે; એ ઉપરથી આપણને એક સપનો આવે કે જેમાં એ સઘલી બીના સાથે ભેલાઈ જાયછે, જે દુખદાયક બનાવ બનીયો હોય તેમાં આપણે સામેલ થઈ જઈયેછ, ઘેરહાજર દોસત આપણી સાથે આવીને મલેછે અને જે શખસ સાથે કામકાજને લીધે આપણે ચીંતાતુર રહીયેછ, તે પણ આપણી આગલ આવીને ઉભો રહેછે. એમ કેહેછે, કે એક ચોરત ઈસપીટાલમાં આવીને પડી અને તે ઉઘમાં બીજા આજરો માણસોની હાલત વીશે ઘણું જોલતી હતી. એ વાત તે વખતે જે આજરો લોકો હતાં તેને મલતી નહી આવી; પણ પુછપરછ કીધાથી માલમ પડીયું કે એ વરસની વાત ઉપર તેજ ઈસપીટાલમાં તે આવી હતી અને તે વખતે જે આજરો માણસો તેની સાથે હતાં તેઓની હાલત તેણીના સપનાને મલતી આવતી હતી. એક શખસને માટે કેહેછે, કે એક વખત તેની પછવાડે એક ઘોઘો દોડીયો હતો અને તે ઘણી ધાસતીમાં આવી પડીયો હતો. એ વખત પછી જારે તે ખાણ ઉપર ઘણું ખાતો હતો અથવા જરાત નહી થાય એવો ખોરાક લેતો હતો તારે મુકરર તેને સપના આવતા હ

તા અને તેમાં જે ધાસતી ભરેલી હાલતમાં ઘોધાને લીધે આવી પડી
યો હતો તે હાલત હમેશાં સપનામાં પોતે જોતો હતો.

ખીજી, આપણી ઈંદરીઓ ઉપર અસર થયાથી સપનાઓ પેદા
થાય છે અને તેના દાખલાઓ ઘણા બને છે. ડાક્ટર ગરેગરી પોતાને
વાસતે કેહે છે કે એક રાતરે પગ આગલ ગરમ પાણીનું વાસન રાખી
ને સુવા ગયો હતો અને તે ઉપરથી તેને એવો સપના આવીયો, કે તે
એટના પાહાડના મુખ આગલ ફરે છે અને જમીન પગને ઘણી ગરમ
લાગે છે. તે જરે નાહાનો હતો તારે વેસુવીયસ પાહાડ જોવા ગયો હતો.
અને તારે પગને ગરમી લાગી હતી; પણ થોડા દાહાડાની વાત ઉપર તેણે
એટના પાહાડનું બેયાન એક ચોપડીમાં વાંચીયું હતું, અને તેથી જે
તરત વેલા તેના મન ઉપર વીચાર બેઠેલો હતો તે તેને સપનામાં આ
વીયો. એક વખત તેને સપના આવીયો કે તે હડસનબે જે મુલુ
ક ઘણું થંડું છે તાંહાં શેયાળાની વખતે ફરવા ગયો છે; ઉઠીને જુવે છે
તો બદન ઉપરનું ઓઢણું નીકલી ગયેલું હતું અને થંડી લાગતી
હતી; થોડાજ દીવસની વાત ઉપર તેણે હડસન બેનું બેયાન વાંચી
યું હતું; અને બદનને થંડી લાગાથી તાંહાંનો વીચાર સપનામાં આ
વીયો હતો.

ડાક્ટર ગરેગરી એક ઘરસથ અને તેની બાપેડીને એકજ
વખતે એકજ સરખો સપના આવીયો તેનું બેયાન લખી જાય છે
તે અન્ય જોઈ છે. જરે ગરેટ બરીટનમાં ચોમેર ધાસતી પેદા થઈ
હતી કે ફરેંચ કોકો તેઓ ઉપર હોમલો કરવાના છે અને જરે એડી
નબરો શેહેરનો દરેક માણસ સીપાહી થઈ નીકલીયો હતો, તે વખતે
એવી ગોઠવણ જાહેર કીધી હતી કે જો કુશમણ દેશમાં પગ મુકે
એટલે કીલા ઉપરથી એક તોપ મારીને સઘલાને ખમર આપવી.
દરેક જણ દર પલે એવી નીશાણીની આશા રાખતા હતા. એ વખતે
તે એક શખસ કે જે ઘણો ચુસત વાલનતીયર હતો તે રાતના બે
અને તરણ વાગાની વચે ઉંઘમાં પડેલો હતો તેવામાં તેને સપનામાં
તોપનો આવાજ સંભવાયો; તેથી તે તરત કીલા ભણી ગયો, અને
શેહેરમાં સઘલી તરફથી સીપાહીઓ એકઠા થવાની ગડબડ પોતાની
નજરે જોઈ. એજ વખતે તેની બાપેડીને પણ એવોજ સપના આ
વીયો અને સપનામાં પોતાના ઘણીનો એક જાણી દોસત લડાઈમાં

મારીયો ગયો, તેના ઘલરાતમાં બુમ મારીને જાગી ઉઠી, અને તેથી તેનો ઘણી પણ જાગી ઉઠીયો. સહવારે માલમ પડીયું કે બેઠને એકજ વખતે એકજ સરખો સપનો આવીયો તેનું કારણ એ હતું, કે ઉપલા માર ઉપર તેઓના ચોરડાની બરાબર ઉપર એક ખુટીએ ચીપીઓ ઠાંગીયો હતો તે કાંઈ અકસમાતથી જોરથી જમીન ઉપર પડીયો અને તેના આવાજથી બેઠના મન ઉપર એકજ સરખી અસર થઈ; કાંચેકે બેઠ જાણુ દર ઘડી તોપનો આવાજ સાંભળવાની વધી માંજ હતો.

ડાકટર રીડ પોતાને મારે કેહ્યું કે એક વખતે તેના માથા ઉપર ડાકટરે બલીસટર મારીયું હતું અને ઉંઘમાં તે બલીસટર ઉપર મુકેલી પટ્ટી ચોલાઈ ગયાથી તેને એવો સપનો આવીયો કે તે જ ગલી લોકોના હાથમાં પકડાયો છે અને તેઓ તેનાં માથાની ઓપરી કાપી કાઢાડે છે. જંગલી લોકોમાં એવી ચાલ છે તેની તેને ખબર હતી અને તેથી તેને એવો સપનો આવીયો હતો.

કેટલાએકોને કાનમાં સબ્બ નાખીયાથી સપના પેદા થાય છે. તે માં એક સહથી અન્યથા જોવા દાખલો એક લશકરી હોષદારનો જણાયેલો છે. તેનાં કાનમાં બોલીયાથી જ ચાહે તે સપના પેદા થતા હતા અને તે ઉપરથી તેના દોસંતો તે ઉંઘાયે એટલે ઘણો હોંગ કરતા હતા. એક વખતે તેના કાનમાં બોલીને એક જાણુ સાથે કહ્યો કરાવીયો અને તે ઉપરથી તેઓ મારામારી ઉપર આવી ગયા; તે ઉપરથી તેના હાથમાં એક પીસતોલ આપી કે જ તેણે ફેડી અને તેના આવાજથી તે જાગી ઉઠીયો. બીજી વખતે તે કેબીનમાં સુતેલો હતો અને તેના કાનમાં બોલીને તેને એમ સમજાવીયું કે તે દરીયામાં પડી ગયો છે અને તેને તરીને બનચવાની ભલામણ કીધી; તે ઉપરથી તે તરત તરવાના સઘલાં ચેન કરવા મંદી ગયો; વલી તેના કાનમાં કહીયું કે તેની પછવાડે શારક માછલી આવે છે અને તેને જોરથી તરીને નાહાસી જવાની ભલામણ કીધી; તે ઉપરથી તે એટલા જોરથી તરવાના ચેન કીધાં કે તે સુતેલો હતો તાંહાંથી ટુટી પડીયો. એક વખતે તે તંબુમાં સુતેલો હતો, અને તોપના આવાજથી ઘણો દુખ્યો હતો. તેના દોસંતોએ તેને એમ સમજાવીયું કે તે લડાઈમાં ધુતાયેલો છે; તે ઉપરથી તેણે ઘણી ખીટીક બતાવી અને નાહાસી જતો હોયે એવાં ચેન બતાવીયાં; તે ઉપરથી તેઓએ તેને વા

રીયો, અને ઘાયેલ થયેલાંઓના શોહાર પોકાર કરીને તેની બીહીક વધારી; ઉંઘમાં તે ઘણી વેલા સવાલ કરતો હતો અને એ વખતે પુછીયું કે કોણ ઘાહેલ થયેલું છે તારે તેઓએ તેના એક ચોકસ દોસતનું નામ દીધું; છેલ્લે તેને એમ કહીયું કે તારી પાસેના માણસ ઘાહેલ થઈને મરી ગયો, તે ઉપરથી તે તરત બીછાના ઉપરથી ઉઠીને નાહાસવા માંદીયું, પણ તાંબુના દોરડાંમાં ગુંચવાઈને પડી ગયો અને તેથી જાગી ઉઠીયો. એમાં અન્ય જવું એ હતું કે તેને તે સપના યાદ રહેતા ન હતા, પણ તેને થાક અને સુસતી લાગતી હતી, અને પોતાના દોસતોને કે હોતો હતો કે અમીતથી તેઓ તેની ઉપર ઢોંગ ચલાવતા હતા.

એકજ આવાજથી સપના પેદા થાય છે, જાણે તે સપનાને ઘણો વાર લાગે છે અને તેજ આવાજથી તરત જાગી પણ ઉઠે છે. એક ઘરસથને સપના આવીયો કે તે સીપાહી દાખલ લશકરમાં દાખલ થયો, પોતાની રીજમીટને જઈને મલીયો, લશકરની ચાકરી છોડી દીધી, તે ઉપરથી તેને પકડવામાં આવીયો, તેને પાછા લેઈ જઈને તેની તપાસ કીધી, તેને ગોલીથી મારી નાખવાની તેમ મલી અને તેને મારી નાખવાને બાહેર લેઈ આવીયા; સઘલી તઇયારી કીધાં પછી એક તોપ ફુટી તેના આવાજથી તે જાગી ઉઠીયો અને માલમ પડીયું કે એક પાસેના ચોરડામાં ઘોંગાટ થયાથી તેને સપના આવીયો અને તે એટલા જડકથી પુરો થયો, એટલે તે સપનાને એક પ્રલ નહીં થઈને તે જાગી પણ ઉઠીયો.

ડાકટર ગરેગરી એક ઘરસથને મારે કેહે છે કે એક વખતે તે સરદાર જગામાં સુતો હતો; તે પછી જારે તે સુવે તારે તે ગુંગરાઈ જાય એવું લાગતું હતું અને જાણે એક માણસ હાડકાનું પાંચરૂં તેનું ગલું દાખતું હોય એવો સપના આવતો હતો. તે એસીને સારીપેઢે ઉંઘી શકતો હતો; પણ જરા પણ તેનું બદન નીચે થતું એટલે તે ગુંગરાત ચાલુ થતો હતો. એથી તે ઘણો બેજાર થયો અને છેલ્લે પોતાની ઉપર એક ચોકીબાન રાખીયો કે જવું તેનું બદન બીછાંનામાં નીચે ઉતરે એટલે તેને તરત ઉઠાડે. એક વખતે ઉંઘમાં તેની ઉપર પેલાં હાડકાંના પાંચરાંએ હોમલો કીધો અને ઘણી મારામારી થયા પછી તે જાગી ઉઠીયો. તેણે પેલા ચોકીબાનને કપકો આપીયો કે તરત તેને ઉઠાડીયો કાંયે નહીં; પણ ચોકીબાને જોયો તે બીછાંનામાં નીચે ઉતરે છે તેવોજ ઉઠાડીયો હતો, પણ સપના એટલીતો જડકથી આવી ગયો હતો કે તે શખસને જાણે ઘણો વીલમ થઈ ગયો હોય એવું લાગતું હતું.

ડાક્ટર આબરકરામખી કેહેછે કે તેના એક દોસતદારને એવો સપનો આવીયો કે તે આટલાનટીક માહાશાગર પસાર કરી ગયો અને અમેરીકાખંડમાં પંદર દાહાડા રહેયો; પાછો આવતાં દરીયામાં પડી ગયો અને તેની ધાસતીથી તે જાગી ઉઠીયો; જુવેછે તો સુતા પછી ભાયેગે દશ મીનીટ પણ થઈ હોયે.

(સાધણછે.)

પરચુટણ.

અમેરીકામાં ગઉ શીતલા—પરોવીદિનસ શેહેરની વસતી પચાસ હજાર માણસનીછે અને તાંહાંનો હેલક હાપીસર ડાક્ટર સનોના રીપોરટ ઉપરથી માલમ પડેછે કે છ મહીનામાં માતરે ચાર જાણુને સહીયેડ આવીયા હતા પણ તેથી મરણ નહી થયાં હતાં. સહીયેડનો અટકાવ ગઉ શીતલાને લીધે હતો. છ મહીનામાં ૫૦૯ બચાંને ગઉ શીતલા મુકીયા હતા. છેલાં ચૌદ વરસમાં ડાક્ટર સનોએ પોતે ૧૦૪૬૪ જાણુને ગઉ શીતલા મુકીયા હતા અને ૧૬૩૩૨ બચાંને ગઉ શીતલાની અસરની સરટીપ્રકિટ આપી હતી, કે જેથી તેઓને જાહેર હાસકોલમાં દાખલ કીધાં હતાં; એ સઘલા બચાંમાં કોઈને પણ સહીયેડનો મરજ લાગુ પડીયો ન હતો. ચૌદ વરસમાં માતરે ૪૫ મરણ સહીયડના રોગથી એટલે દર વરસે તરણ મરણ થયાં હતાં. ડાક્ટર સનો કે હેછે કે “ગઉ શીતલાની રસીની ખુખી અને ગુણુ જેવો ડાક્ટર જેનરેસો ધી કાહાડીયો તે વખતે હતો, તેવાજ આજે પણ પુરતી હાલતમાંછે અને સહીયેડને અટકાવવાની ખુખી આજે પણ ચોક્કસ અને અસરકારકછે.”

સાંપનાં દંખનો ઉપાયે—મેલબોરન યુનીવરસીટીનો પરફેસર, ડાક્ટર હાલકેરડે જેહેરી સાંપનાં દંખનો ઉપાયે સોધી કાહાડીયોછે. લીકર અમાનીયાના એક ભાગ સાથે પાણીના એ ભાગ મેલવીને તેના ૩૦ ટીપાં એક બારીક પચુકરીમાં નામીને તે બદનળી હરેક બહુ નેસમાં મારવા કેહેછે; તેથી કેટલાએક મરેતોલ થયેલાં માણસો પાછાં સારી હાલતમાં આવીયાં હતાં, અને તે પહે ભરૂંશેથી ખીજાઓને પણ તે રીત કામે લગાડવાની ભલામણ કરેછે. પણ કલકતામાં ડાક્ટર ફ્રેયરે કુતરાઓ ઉપર અખતરા કરી જોયા અને તેમાં તે નીશફલ થયો હતો, વધારે તપાસ કરવાની જરૂરછે.

તંનદશેસતી.

સપ્ટેમ્બર ૧૯૬૯.

મુંબઈમાં મુરદાંઓને અવલમંજલ પોહોચાડવાની
જગા અને રીત.

મસાન અને દોખમાં.

MODES AND PLACES OF DISPOSAL OF THE DEAD IN BOMBAY.
BURNING AND EXPOSURE.

ગયા આંકમાં મુરદાંઓને દાટવાની જુદી જુદી જગા અને રીત વીશે જણાવીયું હતું. પણ મુરદાંઓને દાટવા સીવાયે તેને માટે બીજી ચુકતીઓ કામે લગાડવામાં આવેછે. હીંદુ લોકો પોતાના મુરદાંઓને બાલેછે અને પછી તેની રાખ દરીયામાં નાખેછે. મુરદાંઓને બાલવાની રીત અસલનાં વખતથી તેઓમાં ચાલતી આવીછે અને બાલવામાં તેઓ મોટું પુન સમજેછે. જે માતરે ઘણે હલકે વાઘેનાં હીંદુ હોયછે તેઓજ પોતાના મુરદાંઓને દાટેછે.

મુરદાંઓને બાલતાં નજદીક ચાર પાંચ કલાક લાગેછે અને બલતી વખતે તે માહેથી પુશકલ ખરાબ અને જહેરી હવા મેદા થાયછે. એટલા માટે બાલવાની જગા વસતીની વચે નહી હોવી જોઈયે; અને જમ અને તેમ ઉંચી ટેકડી ઉપર હોવી જોઈયે.

મુંબઈ શહેરમાં બાલવાને માટે પુશકલ જગાઓછે. જુદે જુદે ઠેકાણેની વસતી પરમાંજે આ નીચે જણાવેલી જગા ઉપર બાલવાનાં મથક ફરવામાં આવીયાંછે.

| વસતી. | | બાલવાની | વસતી. | | બાલવાની |
|----------------------|--------|---------|--------------------|-------|---------|
| | | જગા. | | | જગા. |
| કાલાખું | ૧૨૪૪૧ | ૧ | સુનાપોર | | ૧ |
| કોટ | ૨૧૪૮૭ | ૦ | ગીરગાંધ | ૪૬૬૦૨ | ૦ |
| માંદવી | ૧૧૬૧૭૬ | ૦ | વાલકેશવર | ૧૪૪૭૬ | ૨ |
| ભુલેશવર | ૧૦૭૮૫૪ | ૧ | મજગાંધ | ૨૧૭૦૧ | ૦ |
| ભિમરખારી | ૭૯૫૪૮ | ૦ | પરેલ | ૧૮૦૧૦ | ૧૫ |
| કામાતીપુરા | ૭૪૬૦૧ | ૦ | મેહુમ | ૨૨૮૨૩ | ૪ |

એ ટીપ ઉપરથી માલમ પડે છે કે પરેલ તરફ લોકોની વસતીથી દુર ૧૫ બાલવાની જગા છે. મેહુમમાં ૪, વાલકેશવર ૨, સુનાપોરમાં ૧ અને કાલાખે ૧ છે. સહથી મોટો જગા સુનાપુર આગલની છે; તે દરીયા આગલ આવી છે, અને તાંહાં દરરોજ પુશકલ મુરદાં બાલવા માં આવે છે. એ મસાન આગલ પુશકલ વસતી છે અને હવે વખત નજદીક આવીયો છે કે જારે તેને વસતી માહેથી કાહાડી નાખવી જોઈયે. ૧૮૫૫ માં જારે ડાક્ટર લીઠે એ મસાન વીશે રીપો રટ કીધો, કે એ મસાન ઘણું ઉંઘાડું રહે છે; બલતાં મુરદાંઓ રાહ દારીઓને નજરે પડે છે અને તે માહેથી ખરાબ હવાઓ નીકલે છે કે જથી આસપાસના લોકોની તનદરોસતીમાં બીગાડો થાય છે અને તે થી તે કાહાડી નાખવું જોઈયે. તારે આપણા શેહેરના પરોપકારી સવર ગવાશી સેઠ જગરનાથ સંકરશેઠે તે વીશે મોટો વાંધો ઉઠાવીયો હતો અને સરકારને અરજ કીધી કે લોકોના દોલ કુખાએ એવું કાંઈ કરવું ન હી; અને જે ખરાબ હવાની ફરીયાદ કરવામાં આવી છે તેનો ગરમ હોવાથી હવામાં ઉંચે ઉડી જાય છે અને તેથી મસાન આગલ એક રતી ઉંચી દોવાલ બાંધી લીધા સીવાએ બીજી કાંઈ વાંધો નથી. એ ઉપરથી સરકારે એ સેઠના સખુનને માન આપીને મસાન કાહાડી નાખવાનો વીચાર દુર કીધો, પણ મસાનની આસપાસ ઉંચી દોવાલ બાંધવાને જરૂર પાડી. એ વખતે એ મસાનની આસપાસ કાંઈ વસતી ઘણી હતી નહી; પણ હાલ તે વખત બદલાઈ ગયો છે; એ મસાન ની પડોશમાં પુશકલ વસતી વધી પડી છે, વલી તે તરફથી પવન શેહે રમાં ફુટે છે અને એકે ગરમ હવા ઉંચે જાય છે તોય પણ તે નજદીકી ઘંટી પડીને તીજેની હવા સાથે મલી જાય છે અને તે જોહરી હવા વરસના નવ દશ મહીના શેહેર તરફ ફુટે છે. વલી તેની પડોશમાં હ

વે રેલવે બંધાયાથી એ મસાન દુર કરવું જોઈયે; અને વલી મસાનની જગાની એક મનલબ્ધ જે દરીયાની પડોશ હતી તેમાં પણ હવે અડચણ પડીછે. એ સઘલાં કારણોને માટે હવે એ મસાન સુનાપુર તરફથી કાહાડી નાખવું જરૂરછે.

મુરદાંને બંલતાં ઘણો વખત લાગેછે, નજદીક ચાર પાંચ કલાક નીકલી જાયછે. એટલો વખત જોડેરી હવા નીકલીયા કરેછે. લોકો ના રોકાણ સાથે વલી તેને બાલવાને માટે મોટો ખર્ચ થાયછે અને ગરીબ લોકો કેટલીએક વેલા મુરદું બલીયું નહીં બલીયું એવી હાલત માં મુકીને જતા રહેછે. એ રીત ઘણીજ ધીકારવા જોગછે અને તે નો અટકાવ થવો જોઈયે. જાંહાં સુધી મુરદું બરાબર બલી નહીં રહે તાંહાં સુધી તેને મુકીને જતાં રહેતાં સરકાર તરફથી અટકાવ થવો જોઈયે, અને જે લોકો એમાં તકસીરવાર ખાલમ પડે તેને શીક્ષા થવી જોઈયે.

થોડાં વરસની વાત ઉપર મુરદાંને થોડા વખતમાં પુરતી રીતે અને થોડે ખર્ચે બાલવાને માટે કલકતા શેડેરમાં એક યુકતી કરવામાં આવી હતી. એક મોટું ઘેર બાંધી તેમાં જુદા જુદા ઓરડા બનાવી ને દરેક ઓરડામાં મુરદાં બાલવાની ગોઠવણ કીધી હતી. લોકોની અડચણ અને વેહેમને લીધે અને બીજાં કારણોને લીધે એ યુકતી પાર પડી શકી નહીં અને તે હાલ કામમાં આવતી નથી. જે મસાનની જગા શેડેરથી દુર લેઈ જવાની ફરજ પાડવામાં આવે અને તેની સાથે બીજી માવજત અને ગોઠવણ કરવામાં આવેતો એવાં ઘરની કાંઈ જ રૂર પડે નહીં.

હવે મુરદાંને બાલીયા સીવાએ હજુર એક બીજી રીત સુખર્ષમાં ચાલુછે અને તે મુરદાંને પક્ષીઓને ખોરાક માફક આપવાનીછે. એ રીત માતરે પારસી અથવા જરથોસ્તી લોકોમાંજ ચાલુછે અને અસલના વખતથી તેઓમાં ચાલતી આવીછે; તેઓ ઉંચી તેકડી ઉપર હલાયેદી ઘેરી લીધેલી જગામાં પોતાના મુરદાંને નાખેછે; તેને દોખ માં કરીને કેહેછે અને પછી ગોધ પક્ષી તેનો ખોરાક કરેછે. એક મોટાં મુરદાંને સપાટ કરતાં એક કલાકથી તરણ કલાક લાગેછે; કોઈ વેલા વધુ વખત પણ લાગેછે; પણ સહવારનું મુકેલું મુરદું સાજમાં સકાઈ થઈ જાયછે; માતરે સાફ હાડકાં સીવાએ બીજાં કાંઈ રહેતું નથી.

જો કદાચ રસી થાયેછે તો તે સુરજના તાપથી સુકાઈ જાયેછે; હાડકાં પણ જલદીથી સુકાઈ જાયેછે. દોખમાંની વચોવચ એક મોટો સઘલી તરફથી પથરથી ફરસબંદી કરી લીધેલો ખાડો અથવા કુવો બનાવેલો હોયેછે; તેમાં સઘલાં હાડકાં નાખવામાં આવેછે. મુરદાંને હમેશાં ક પડાંથી વીટાલવામાં આવેછે; પણ તે કપડાં જરે ઘણાં એકઠાં થાયેછે તારે એક ખાડો ખોડીને તેમાં દાટેછે. મુંબઈ શહેરમાં સઘલાં મલી ને છ દોખમાંછે અને તે સઘલાં ચોપાટીની તેકડી ઉપર બાંધેલાંછે; અને જુદે જુદે ઠેકાણેની વસતીની સંખ્યા પરમાંજો ગણતાં ઘણા હલાયેલાં અને ફરેછે.

| | વસતી. | દોખમાં. | | વસતી. | દોખમાં. |
|----------------|-------|---------|-----------------|-------|---------|
| કોલાબી | ૫૯૬ | ૦ | ગીરગાંમ | ૩૬૫૫ | ૦ |
| કોટ | ૧૯૬૮૨ | ૦ | વાલકેશવર . . | ૧૦૧૪ | ૬ |
| માંદવી | ૬૪૮૯ | ૦ | મજગાંમ . . . | ૧૩૦૪ | ૦ |
| ભુલેશવર . . . | ૧૩૬૯૬ | ૦ | પરેલ | ૩૭૧ | ૦ |
| ભિમરખારી . . | ૩૧૩ | ૦ | મહેમ | ૬૫૬ | ૦ |
| કામાટીપુરા . | ૧૪૨૧ | ૦ | | | |

એ વાલકેશવરની તેકડી વસતીથી ઘણી ફરેછે અને તે એટલીતો ઉંચીછે જ કોઈ પણ આસપાસના રેહેવાસીને તેથી કાંઈ પણ રીતે અડચણ જરેલી નથી. એમ કહેછે, કે કેટલીએક વેલા પક્ષીઓ મા સના કટકા લેઈને હવામાં ઉડેછે અને જગે જગે નાખતાં ફરેછે, અને તેથી તે તરફના રેહેવાસીઓને કમકમાટ લાગેછે. પારસીઓ એ વાતને તદ્દન જોડી કાહાડેલી ગણેછે; તેઓ કહેછે કે ગીધ પક્ષી મુરદાંઓ ને દોખમાંમાંજ ખાઈ જાયેછે અને તેઓએ કદી પણ એ પક્ષીને માં અમાં કાંઈ પણ માસનો કટકો લેઈને ઉડતાં જોયો નથી. હાલ જ દોખમાંને માટે જગાછે તે ઘણી ઠીકછે અને તેની સાંમજો કાંઈ પણ વાંધા જરૂર નથી.

હવે, જરે મુરદાંઓને વસતીથી ફર લેઈ જઈને દાટવાની અથવા બાલવાની જરૂર માલમ પડેછે તારે એ રીત કામે લગાડવામાં અડચણ શુંછે ? લોકો તેમાં વાંધા જરૂર શું ગણેછે ? સુનાપુર તરફની દાટવાની તથા બાલવાની જગાઓ હવે શા માટે બંધ કરવામાં નહીં આવે ? લોકો જુવેછે કે તેથી હજારો લોકોની તનદરોસતીમાં બીગાડો થાયેછે, તોય પણ તે જગા છોડવા કાંયે નહીં માંગતા ? ધરમને લગતીતો કાંઈ

પણ અડચણ નથી. અડચણ માતરે એટલીજ છે જે જરૂરે મુરદાં દાટવાની અને બાલવાની જગા શેઢેરથી દુર લેઈ જવામાં આવે તારે લોકોને મુરદાંને દુર લગી ઉંચકી લેઈ જવાને મુશ્કેલ પડે, એટલું જ નહીં પણ મુશ્કેલ વખત રોકાયે. હવે એ મુશ્કેલી અને રોકાણ મુરદાંને લેઈ જવાની રીત ઉપર આધાર રાખે છે. કરીસચીઅન લોકો પોતાના મુરદાંને પેટીમાં બંધબસત કરીને ગાડીમાં મેલીને લેઈ જાય છે. તેઓ પરજાત પાસે ગાડી હાંકવામાં ધરમથી ઉલટું સમજતા નથી અથવા મુરદાંની પાયદસે ગાડીમાં બેસીને જવામાં અપમાણ ગણતા નથી. હીંદુ લોકો પોતાના મુરદાંને લાકડાંની કરકતી ઉપર મુકીને ખાંધ મારીને લેઈ જાય છે. ખાંધ મારવામાં મરનારના અતલગતા સગાં કામે લાગે છે, અને કેટલીએક વખત એટલીતો જડકથી મુરદાંને લેઈ જાય છે કે તેઓ રસતામાં ચાલતા નથી, પણ દોડે છે. તેઓ પોતાના મુરદાંને બીજી જાતવાલાને અડકવા દેતા નથી; મુરદાંને ગાડીમાં મુકી લેઈ જવું તેઓના બેચાલમાં પણ નથી અને પાયદસમાં લોકો ચાલીને જાય છે. મુસલમાન લોકો પણ પોતાના મુરદાંને એક લાકડાંની ગેહાનમાં મેલીને ખાંધ મારીને લેઈ જાય છે. અતલગતા સગાં ખાંધ મારે છે એટલું જ નહીં, પણ રસતામાં જતાં કોઈ મુસલમાન પણ થોડોવાર લગી ખાંધ મારીને પોતાને કામે ચાલતો થાય છે. લોકો પછવાડે ચાલતા જાય છે. પારસી લોકો પોતાના મુરદાંને એક લોહોડાંની ગેહાન ઉપર અછી રીતે કપડાંમાં વીટાલીને મુકે છે અને તેને મુકરર કીધેલાં માણસો સીવાયે કોઈ અડકતું નથી; તેઓ ખાંધ મારીને ઉંચકી લેઈ જાય છે. ગાડીમાં મુકીને લેઈ જવાની તેઓમાં છીટ છે અને પાદસે જનારા ચાલતા જાય છે; ગાડીમાં બેસવું તેઓ અપમાન સમજે છે, અને તેઓ પૂર્ણ તેટલો વખત કોઈ જુદીનવાલાને અડકતા નથી. જરૂરે કરીસચીઅન લોકોને મુરદાંને ગાડીમાં લેઈ જવાની અથવા પાદસે જનારાને ગાડીમાં બેસવાની છીટ નથી, તારે તેઓ શેઢેરની બાહરે મુરદાંને લેઈ જઈ શકે છે. હીંદુ, મુસલમાન અને પારસી મુરદાંઓને ગાડીમાં મુકવાની મોટી છીટ ગણે છે અને તેથી તેઓને શેઢેરથી દુર લેઈ જવાને મુશ્કેલી પડે છે. હીંદુઓની દાટવાની જગા હાલ માતરે પરેવ તરફ છે અને તે લોકોની મોટી વસતી કામાટીપુરામાં છે તેથી તેઓને એ જગા દુર નથી. જો હીંદુઓ પોતાના મુરદાંને બાલે છે તેઓની મોટી વસતી

માંદવી, લુલેશવર, ઉમરખારી, કામાટીપુરા અને ગીરગાંમ દીસટરીકટ માંછે. તેઓની બાલવાની જગા સઘલી મોટી સુનાપુરમાંછે; અને બીજી સઘલી પરેલમાંછે. જે સુનાપુરની મસાન કાહાડી નાખવામાં આવેતો લુલેશવર, અને ગીરગાંમના લોકોને માતરે અગવડ પડે; પણ જાંહાંસુધી તેઓ મુરદાંને ઉંચકી લેઈ જવાની રીત બદલે નહીં તાંહાં સુધી તેઓને એ અગવડ ખમવી પડે તેમાં સરકારનો કાંઈ ઈલાકો નથી. સરકારને લોકોની સગવડ જોવીછે ખરી, પણ તેનાં કરતાં લોકોની તનદરોસતી ઉપર વધારે ધેયાન આપવુંછે, અને એટલા માટે જે સુનાપુરનું મસાન કાહાડી નાખેતો તેમાં સરકારનો કાંઈ વાંક નથી.

મુસલમાન લોકો પણ પોતાના મુરદાંને ગાડીમાં મુકીને લેઈ જાયે એ શક ભરેલુંછે, કાંયેકે મુરદાંની ખાંધ મારવી એ તેઓમાં મોટું સવાબનું કામ સમજવામાં આવેછે, અને એ રીત છોડી દે એ મુશકિલછે. તેઓની મોટી વસતી માંદવી, લુલેશવર, ઉમરખારી અને કામાટીપુરાની દીસટરીકટમાંછે; તેઓને માટે સઘલી મલીને ડર ધોરસ્થાનોછે, તેમાં લુલેશવર, ઉમરખારી અને ગીરગાંમમાં ૧૭ આવેલાંછે અને તે વસતીની વચોવચ આવીયાથી કાહાડી નાખવાની જરૂરછે. એ ધોરસ્થાન કાહાડી નાખીયાથી એ દીસટરીકટમાં રેહનારને અગવડ પડે ખરી, પણ જાંહાંસુધી તેઓ પણ મુરદાં લેઈ જવાની ચુકતી બદલે નહીં તાંહાંસુધી તેઓને એ અગવડ ખમવી જોઈયે.

પારસી લોકોનાં મુરદાંઓને માટે એકજ જગાછે; અને દુર અથવા નજદીકનાને તાંહાંજ જવું પડેછે. પારસી લોકોને પણ મુરદાંને ગાડીમાં લેઈ જવાની છોટછે અને તેથી તેઓ મુરદાંને દુર લગી લેઈ જવાની અગવડ ભોગવેછે.

ડાકટર લીડે થોડુંએક થયું એવો સુચનાં કીધી હતો, કે સઘલી કોમનાં મુરદાંઓને રેલવેની મારફતે શેહરથી ઘણુંજ દુર સીમ અથવા દુરલા તરફ લેઈ જવાં. તે વખતે લોકોમાં એટલોતો ધભરાટ થઈ ગયો હતો કે સરકારે તે ઉપર ધેયાન પણ આપવાનું માંડી વાલીયું હતું. સુબંધ શેહરની વસતીથી જરા દુર પુરાકલ વેરાન જગાછે અને છેક સીમ અથવા દુરલા લગી મુરદાં લેઈ જવાની કાંઈ જરૂર દીસતી નથી. કોઈ દાહાડો એવો આવે કે જારે પરેલની જગા સઘલી વસતીથી ભરાઈ જાયે તારે કદાચ દુરલા લગી મુરદાંને દુર લેઈ જવાં પડે. પણ રે

લવેની મારફતે લેઈ જવાં એ સપનાં સરખી વાત છે કાંયેકે લોકોનાં ધર મની રીતથી તે તદ્દન ઉલટું છે એટલું જ નહીં, પણ જે અગવડ પડે તે હાલની ખાંધ ઉપર લેઈ જવાની રીતથી પડે છે તે કરતાં દશ ઘણે વધી પડે.

મુરદાં બાલવાને લગતી એક બાબદ ઘેયાન પોંહોંચાડવા જોગ છે. મુરદુ બાલવાનો ખરચ ઘણો થાય છે અને ગરીબ લોકોથી તે બનવાને મુશકેલ હોવાથી તેઓ મુરદાંને અધુરૂ બાલીને જતા રહે છે. જે દરેક જાતમાં મોટું ઉધરાણું કરવામાં આવે, સઘલાં પાસેથી દરેક મુરદાં દીઠ એક સરખો લવાજમ લેવામાં આવે અને અનજીમન તરફથી મુરદાંને બાલવામાં આવે તો એ અડચણ મટી જશે.

મુરદાંને લગતી એક બીજી બાબદ ઉપર ઘેયાન આપણું જરૂર છે. હીંદુ લોકો પોતાના મુરદાંને મરણ પછી તરણ ચાર કલાકમાં બાલવા ને લેઈ જાય છે; એ રીત ઘણી ખોટી છે. હીંદુઓનો મોટો ભાગ એ ટલો તો અંજાણો છે, અને તેઓમાં ડાકટરની મદદ એટલી તો થોડી લેવામાં આવે છે, કે કોઈ વખતે એવું પણ બને કે માણસ ખરેખર મરણ પામીયું છે કે માતરે બેસુધ થયું છે તે જાણવાને તેઓ અશક્ત છે અને એવા અંજાણપણાને લીધે તેઓ જીવતાં માણસને બાલી આવે તેમાં કાંઈ શંક નથી. એટલા માટે જરૂર છે કે મુરદાંને ડાકટરની સરટીફિકેટ વગર બાલવા અથવા દાટવા દેવું નહીં જોઈયે. જે ડાકટરની સરટીફિકેટ મેલવવાને બતી શકે નહીં તો ઓછામાં ઓછા આઠ કલાક લગી મુરદાંને ઘરમાહેથી બાહર કાઢાડવાની મનાઈ કરવી જોઈયે. વલી હીંદુ તથા મુસલમાન લોકો રાતની વેલા મુરદાંને બાલવા અથવા દાટવા લેઈ જાય છે તેનો તદ્દન અટકાવ કરવો જોઈયે.

એક બીજી બાબદ ઘેયાન આપવા જોગ છે. હીંદુ તથા મુસલમાન લોકોમાં મુરદાંને તેના સગાં વાહાલાં તથા દોસતો ઉંચકી લેઈ જાય છે; એટલું જ નહીં પણ મુસલમાન લોકોમાં પાદસે દરેક જણ જનારો ખાંધ મારે છે. એ રીત ધરમને લગતી છે કે નહીં તે કહી શકાતું નથી, પણ એ તનદોસતીના કાયેદાથી તદ્દન ઉલટી છે. જારે ખરાબ ઉડતા રોગોથી, જેમકે તાપ, સહીયેડ, ગોવરૂં, કોલારો, મરકી ઇતી યાદીથી મરણ થાય છે તારે એ રીત ઘણી જ ધાસતી બરેલી છે, કાંયેકે જે કોઈ મુરદાંને અડકે છે તે પોતાની સાથે બદનમાં અથવા કપડાંમાં રો

ગતું બી લેતો જાયેછે, અને તેથી કદાચ પોતે અથવા તેના સગાં વા-
હાલાં અથવા પડોશી ભોગ થઈ પડેછે. હીંદુ લોકો મુરદાને બાલીયા
પછી બદન સાફ કરેછે તથા કપડાંને ઘોઈને પેહેરેછે; મુસલમાન લોકો
એવું કાંઈ કરતા નથી. પારસીઓમાં મુરદાને ફેરવેલાં માણસ સીવા
એ કોઈ પણ અડકતું નથી; એટલું જ નહીં પણ કેટલેએક કદમ દુર
થી ચાલેછે; અને દરેક જણ પાદસે જનારો આવીને નાહીને કપડાં
બદલી નાખેછે. એ રીત ઘણી પસંદ કરવા જોગછે. ફરીસચીયન લો
કો મુરદાને પેટીમાં બંધબસત કરી ગાડીમાં મુકીને લેઈ જાયેછે; તે
થી પાદસે જનારને કદાચ તેથી કાંઈ અડચણ પોંહાંએ નહીં; તોયંપણ
દફનાવી આવીયા પછી તેઓને કપડાં બદલી નાખવાં તથા આંગ સા
ફ કરવાની જરૂરછે.

હવે એ તરણે રીતમાં કેઈ રીત પસંદ કરવા જોગછે. આપણો
હેલ્થ હાફીસર ડાક્ટર હીયુલેટ પારસીઓની રસમને ધીકારેછે અને
હવે શુધરતા જમાનામાં પારસી જેવી સુધરેલી કોમ હજુર લ
ગી એ રીત કામે લગાડે એ તેને પસંદ આવતું નથી. પસં
દ નહીં કરવાનું કારણ કાંઈ જણાવતો નથી પણ કદાચ તેના એ
વો ખેયાલ એ ઉપરથી આવીયો હોય કે અસલના વખતમાં યુનાની
અને રૂમી લોકો ગુનેહગારોને બરાબર જમીનમાં દફનાવીયાને બદલે
તેઓને ધીકારની રાહ ઉકરડા ઉપર નાખતા હતા, કે તેઓ પક્ષી અને
કુતરાઓનો ખોરાક થાયે. જારે પારસી પોતાના મુવેલાંઓને પણ પ
ક્ષીનો ખોરાક કરે, એ તેના ખેયાલમાં અપમાન આપવા જેવું લાગેછે.
૧૮૬૭ નાં રીપોર્ટમાં તે જણાવેછે કે “ગીધ પક્ષી માસ અને હાડકા
નાં કટકા લેઈને ઉડે એ દેખાવ તદ્દન સુગ લગાડે એવોછે અને આપ
ણા ટાપુની સહી સરસ જગા બાંધકામને બદલે એવા કામમાં વપડા
યે એ ઠીક નથી; તેઓને માટે ફલાઈસ ઉપર બીજી જગા મલી શકે.”
વલી ૧૮૬૮ ના રીપોર્ટમાં જણાવેછે કે “જમ મેં ગયે વરસ કહીયું
હતું તેમ પારસીઓનાં દખમાં બંધ કરવાં જોઈયે. પારસી જેવા અં
ચલ લોકો એ હાલની રીત જે દરેક જણને પોતાને નાખુશ લાગે એ
વીછે તે કાહાડી નાખવી જોઈયે. એક પેયારા મા અથવા બાંપનું અ
થવા એક પેયારા બચાંનું મુરદું ગીધ પક્ષી તોડીને કટકે કટકા કરી
નાખે એ વીચાર દરેક કેલવાયેલા માણસોનાં દીલને કુખ ઉપજાવીયા વ

ગર રેહે નહી. હાલ થોડા વરસ થયાં કેટલાએક ઘરહસથો વેલાતં બન
 યેછે અને તાંહાં કેટલાએક મરણ થયાંછે; એઓનાં મુરદાંઓને દાટવા
 માં આવીયાંછે કે જાંહાં હવે પછી તેના સગાં તેઓની ધોરને ભેટી
 આવી શકશે. એટલા માટે પારસીના ટોલાના આગેવાંન લોકોનું એ
 બાબદ ઉપર ધેયાન પોહોચાડવા આહુંછું કે તેઓ ધરાન દેશ છોડી
 આવીયા આગમન તેઓના જાતલાઈઓ ઉપર અસલનાં જીલભાત કર
 નારાઓનાં જીલમની એક હમેશની યાદદાસત જે હાલ રહી ગઈછે તે
 છોડી દે.” ડાક્ટર હીયુલેટ એ સીવાએ બીજું કાંઈ પણ મોતેબર કા
 રણ એ રીતની સામણે આપી શકતો નથી તે મુરદાંઓને જમીનમાં
 દફનાવાની રીતને એકદમ પસંદ કરતો નથી; પણ તે મુરદાંને બાલ
 વાની ભલામણ કરેછે; તે પણ ઉઘાડી હવામાં નહી, પણ સાંચા વાલી
 ભઠીમાં, કે જાંહાં થોડા વખતમાં મુરદું બલી રેહે અને રાખ સીવાએ
 કાંઈ રેહે નહી. તે કેહેછે કે “તવારીખમાં વારેઘડીએ આવીયુંછે અ
 ને મારો પકો વીચારછે કે મુવેલાંને બાલવાની આ સુઘડાઈ ભરેલી
 રીત યુરોપખંડમાં જેમ વસતી વધીને ધોરસથાનની જગા ઉપર પગ
 લાં ભરશે તારે એ રીત પાછી તાજ થશે.” હવે જેમ ડાક્ટર હીયુલેટ
 ને પક્ષીના ખોરાક કરવાથી કમકમાટ છુટેછે, દાટવાની રસમને તનદ
 રોસતીનાં કાપેદાસર પસંદ કરતો નથી, પણ બાલવામાં તનદરોસતીની
 રાહે ફીલસુફી સમજેછે, તેમ વલી બીજાએ મુરદાંને બાલતાં જોઈને
 કમકમેછે, મુરદાંઓને પક્ષીના ખોરાક થવામાં કાંઈ અપમાન સમજતા
 નથી, પણ તેમાં મોટી ફીલસુફી સમજેછે. ફીલસુફીની રાહે વીચાર ક
 રતાં મુરદાં બલો અથવા નાસતો થઈ જાઓ, પણ જે તે નુકસાની નહી
 કરે એટલે પછી બીજી કસાંની ડરકાર નથી. ડાક્ટર હીયુલેટે જાણવું
 કે જરથોસત જે પારસીના પેગમબરછે તેના વખતથી એ રીત ચાલ
 તી આવીછે. વલી તેણે જાણવું કે જરથોસત મોટો ફીલસુફ હોતો;-
 તે મુરદાંને દાટવાને ધીકારતો હતો તેનું કારણ શું, તે ડાક્ટર હીયુલેટ
 પોતે સમજેછે; તે મુરદાંને બાલવાને ધીકારતો હતો, કાંપેકે બાલતી
 વખતે તે માહેથી જોડેરી હવાઓ નીકલેછે તેથી લોકોની તનદરોસતી
 માં બીગાડો થાયે, એ સમજતો હતો. ડાક્ટર હીયુલેટે જાણવું કે સાં
 ચાની ભઠીમાં બાલવાની રીત કલકતામાં વાપડવામાં આવી હતી,
 પણ તેમાં તેઓ નીશકલ થયાછે. તારે હવે બાકીની કેઈ રીત રહી ?

જમ તે બાલવાની રીત ફીલસુફીની નજરે જીવેછે તેમ પક્ષીના ખોરાક કરવો એ રીત પણ તેવીજ નજરે જીવેતો પછી તેનો વેહેમ નીકલી જાયે, અને વલી તે રીતથી કાંઈ પણ નુકસાંની થતી નથી. એક મુઠી ભર રાખ યાદદાસતને ખાતર એકઠી કીધી તેમાં શું ફાયદો થયો. જ રથોસતી ફીરકો સુવા પછી પોતાની ઘેર ઉપર તારીફ લખાવાને ખંતી નથી; તે સમજેછે કે પોતાના કરતુકજ તેની મોટી યાદગારીછે.

ખોરાક—દૂધ.



FOOD-MILK.

આગલા આંકોમાં ખોરાકની બે મોટી ખુબી વીશે સમજાવીયું હતું. પોશાક અને ગરમી આપનારા ખોરાક શું છે, તેઓમાં ફરક શું છે, તેઓ એક બીજાની મેલવણી વગર ચાલી શકે કે નહીં, અલબી યુમેન, ફાઈબરીન, કેઝીન, ગલ્ટ્રેન, આંડ, ચરબી-ઈતીયાદી શું ચીજો છે, તરેહવાર જાતના ખારની ખુબી શું છે, તે વગર ચાલી શકે કે નહીં, એ સઘલી બાબદો સમજાવી હતી.

ખોરાક કુદરતની તરણ મોટી પેદાશ માહેથી મલી આવેછે; તેમાં જાનવર અને વનસપતી માહેથી ખોરાકનો મોટો ભાગ મલી આવેછે. નીમક અને બીજા ખાર જમીન માહેથી મલેછે. એ પરમાંજે આ ખી કુદરત માણસના સુખ અને પોશાંજને મારે ભરપુરછે.

હવે જુદા જુદા ખોરાકની ખુબી કેવીછે, અને તે કેવી હાલતમાં લેવાઈ શકાયેછે એ બાબદો ઘણી અગતનીછે અને તે હવે તપાસી જોઈયે.

જાનવરી ખોરાકમાં તરેહવાર જાનવરનું દૂધ, તરેહવાર જાનવરનું માસ અને બેડાં આવેછે. દૂધનો ખોરાક સહ લોક વાપડેછે; કેટલાં એક દેશમાં લોકોનો મુખીય ખોરાક દૂધ હાયેછે. બચાંનો કુદરતી ખોરાક દૂધછે; તે સવા અથવા દોહોડ વરસનું થાયેછે તાંહાંસુધી તેના દૂધ સીવાએ બીજા કાંઈ પણ ખોરાક નથી. સઘલાં ચોપગાં જાનવરો ના બચાં તેઓની માએના દૂધ ઉપર થોડી મુદત લગી રેહેછે. એક

બચું થોડી મુદત સુધી દુધ સીવાયે બીજા કંઈ પણ ખોરાક ઉપર રે હેતું નથી અને તેજ ખોરાક ઉપર ઉધરેછે, તે માહેથી તેનું માસ, હાડકાં, લોહી ઇતીયાદી પુરું પડેછે, એટલુંજ નહી પણ વધતું જાયેછે; તારે અલબત્ત દુધમાં એવી ખુબી હશે કે જ્યો તેના શરીરના ભાગો ને પોશણ મલે, એટલુંજ નહી પણ તે જીવી શકે; એટલે દુધમાં પોશટીક અને ગરમી આપવાની ખુબી હોવી જોઈયે. હવે દુધમાં શું શું ચીજો આવેછે તે તપાસી જોઈયે.

દુધ તરેહવાર જાનવરોનું વાપડવામાં આવેછે. હીંદુસથાનમાં ગાએ, ભેસ, અને બકરીનું દુધ શ્રેષ્ઠો ખપમાં લાવેછે. સઘલાં જાનવરોના દુધમાં એકજ જાતની વસતુ આવેછે પણ તેઓમાં પરમાણુ વધુ અથવા ઓછું હોવાથી દુધનું કુવત ઓછું અથવા વધતું ગણાયેછે.

દુધમાં દર સેંકડે આ નીચે જણાવીયા પરમાણુની વસતુ આવેછે.

| | | | | | | | | | |
|---------|----------|------|------|------|--------------|----------|-----|------|-----|
| પોશટીક: | પાણી .. | ૮૬.૭ | થીતે | ૯૦.૧ | ગરમી આપનારો: | માંખણ .. | ૩.૭ | થીતે | ૨.૫ |
| | કેઝીન .. | ૪.૦ | " | ૩.૦ | | ખાંડ .. | ૫.૦ | " | ૩.૯ |
| | ખાર .. | ૦.૬ | " | ૦.૫ | | | | | |

એટલે ઘટ વસતુના ૧૦ થીતે ૧૩.૩ લગી ભાગ આવેછે અથવા દરએક પાઈનટ (૨૦ ઓંનસ) દુધમાં નજદીક બે ઓંનસ ઘટ ખોરાક આવેછે. ખુખત ઉમરના માણસને માતરે દુધ ઉપર રેહેવાને માટે ઓછામાં ઓછું ૧૧ પાઈનટ એટલે નજદીક ૯ બાટલી ભરીને લેવું જોઈયે. પણ તેમાં પાણી અને ચરબીનો જથ્થો એટલોતો વધી પડે, કે તે ઉપરજ માતરે રેહેવાને કઠીણ પડીયા વગર રહે નહી.

આગલ જણાવીયું હતું કે કેઝીન અલબીયુમેનને મલતું આવેછે પણ તેની મીસાલે ગરમીથી બંધાઈ જતું નથી પણ જરા પણ દુધમાં કોઈ જાતની આસીડ નાખી હોયેતો તે બંધાઈ જાયેછે. કેઝીન, ખાંડ અને ખાર દુધમાં પીગલેલા હોયેછે, પણ માખણ તેમાં બારીક કરચોમાં તરતું ફરેછે અને એ માખણને લીધે દુધનો રંગ સફેદ હોયેછે. ખારમાં મુખીય લાકટેટ આફ પોટાશ, ફાસફેટ આફ પોટાશ, સોડા, અને લાઈમ આવેછે. આગલ સમજાવીયું હતું કે ફાસફેટ અને પોટાશ ખોરાક દાખલ કેટલા અગતનાછે અને તે દુધમાં આવીયાથી સઘલી પોશટીક ખોરાકની જરૂરીયાત પુરી પાડેછે.

પણ દુધમાં તરેહવાર કારણોને લીધે એ ભાગોના પરમાણુમાં ફર

ક પડેછે. જનવરની ઉમર, તેની હાલત, તેનો ખોરાક, તેને રેહેવાની જગા, ફૂધ દોહોવાનો વખત અને દેશની હાલત ઉપર, ફૂધની હાલત આધાર રાખેછે. એક ગાએ આખા વરસની સરાસરી ગણતાં, એક દીવસના અરસામાં ૨૦ થીતે ૨૫ પાઈનટ લગી ફૂધ આપેછે; ભેંસ એથી પણ વધુ આપેછે; બકરી ૬ થીતે ૮ પાઈનટ લગી આપેછે. જે ગાએ જીવાન હોયે અને પેહેલી વખત વેચાઈ હોયે તે બે, તરણ, અથવા ચાર વખત વેચાલી ગાય કરતાં થોડું ફૂધ આપેછે. ચારથી તે સાત વરસ લગીની ઉમરની ગાયે વધારે ફૂધ આપેછે. ગાયે વેચાયા પછી પાંચ છ મહીના લગી ફૂધ આપેછે, પણ ઘણી વેલા એથી વધારે વખત લગી આપી શકેછે.

ગાયે વેચાયા પછી દશ દાહાડા લગીનું ફૂધ ખરાબ હોયેછે અને તે તદ્દન પીવા લાયક નથી. તે પછી પણ વીસ દાહાડા લગી ફૂધની હાલત ખરાબ રહેછે. પેહેલે મહીનેથી તે તરીજે અથવા ચોથા મહીના લગી ફૂધ ઘણું સાફ હોયેછે.

ગાયે દસમે મહીને વેચાયેછે; અને ફૂધ વાલા તેટલા વખત લગી તેનું ફૂધ દોહોયા કરેછે. પણ તેથી ગાએને અને તેના બચાંને તુક સાંતી પોંહાયેછે અને ફૂધ ખરાબ થાયેછે. જે તેઓ સાતમે મહીને લગી ફૂધ દોહોયા કરેતો કાંઈ અડચણ નથી.

ગાયેને વેચાયા પછી જે પાછી બે તરણ મહીનામાં હમેશ રહેતો તે થી ફૂધ બીગડેછે. જે ફૂધ વાલા પોતાનો નફો અને પેદાશ ઉપર બે યાન આપેતો પછી ગાયે નબલી પડી જાયે, બચું ઉધરી શકે નહીં અને ફૂધ થોડું અને ખરાબ પેદા થાયે. એટલા માટે ફૂધ વાલાઓએ તેનો અટકાવ કરવો જરૂર છે.

ખોરાક ઉમર પણ ફૂધની હાલત આધાર રાખેછે. ચોમાસામાં લીલું ઘાસ અને બીજી રૂપમાં સુકું ઘાસ જનવરોનો સહથી સરસ ખોરાક છે અને તેથી ફૂધ સાફ પેદા થાયેછે. ગાએને ગાજર અને બીટરૂટ ખવાડીયાથી કેઝીન અને માખનનો ભાગ કમતી થાયેછે પણ ખાંડનો ભાગ વધેછે; કાંયેકે ગાજર અને બીટરૂટમાં સાકરનો ભાગ વધુ આવેછે. જે ફૂધ વાલા ગાએને ચરવા નોકલતા નથી, પણ દારૂ ગાલનારાને તાંડાંથી ભીંગેલા દાણા અને છુછો લાવીને ખવાડેછે, તે ઓ જોડે ફૂધ ઘણું આપેછે પણ તે હલકું હોયેછે. પણ જનવરને ગમે

તેવો ખોરાક આપો, પણ જો તે પુરતો કુવતમંદ નહીં હોયે તો ફૂધ કદી પણ સોજી પેદા થાય નહીં.

ગરમ મુલુકમાં જાનવરો જોડે ફૂધ થોડું આપેછે પણ તે ગુણમાં કીમતી હોયેછે. એમ કેહેછે કે થંડી રૂતમાં ફૂધમાં ખાંડ અને કેઝી નનો લાગ વધુ થાયેછે અને ગરમીમાં માખનનો લાગ વધુ નીકલેછે.

ગાયેની જાત પરમાણે પણ ફૂધ વધુ ઓછું, હલકું અથવા કીમતી પેદા થાયેછે. લાંબાં સીંગડાં વાલી ગાયેનાં ફૂધમાં વધારે કેઝીન હોયેછે.

પણ સઉથી વધારે ફૂધ ફોહોવાનાં વખત ઉપર જોવામાં આ વેછે. સહુવારે ફોહોલું ફૂધ બપોરે ફોહોલાં ફૂધ કરતાં વધારે સારું હોયેછે; અને જો ગાયેને દીવસમાં માતરે એકજ વખતે ફોહોછે તેનું ફૂધ સઉથી સરસ હોયેછે. હરેક વખતે ફોહોતી વેલા જો ફૂધ છેલું આ વેછે તે પેહેલાં કરતાં વધારે કીમતી હોયેછે; તેમાં મલાઈનો લાગ વધુ હોયેછે. ઘણા જણ, હાલ ફૂધ ઓખું મલી નથી આવતું તેથી, ગાયે અથવા ભેંસને પોતાના ઘરને બારણે બોલાવીને ફૂધ ફોહોવારેછે; અને જોડે તેને ભેલ વગરનું ફૂધ મલેછે પણ તે સઉથી સરસ નહીં હોતું કાંયેકે તેમાં મલાઈનો લાગ થોડો આવેછે અને તેથી ફૂધનું કુવત કમતી ગણાયેછે. જોમ ફૂધને વાસનમાં રાખીયા પછી માખનનો લાગ ઉપર તરી આવેછે તેમ ગાયેના થાંનમાં પણ તે ઉપર રેહેછે અને ફોહોતી વેલા પેહેલાં તે કમતી હોયેછે, પણ પછવાડેથી વધુ થાયેછે.

વલી ગાયેને જોવી જગામાં રાખી હોયે તે પરમાણે તેનું ફૂધ કીમતી અથવા હલકું હોયેછે. જો રીતે હાલ ગાયે અને ભેંસને રાખવામાં આવેછે તે ઘણી શરમ ભરેલુંછે. જો ફૂધ વાલા અને ફૂધ પીનારા એમ સમજે કે ગાયે અથવા ભેંસને ખાટે હરેક જગા ચાલી શકે પછી તે સાંકડી હોયે, કે જાંઠાં હવાનો આવ જાવ નહીં હોયે, જાંઠાં જાનવરો પાસે પાસે બાંધવામાં આવે, છાન અને ગલીચમાં ખરડાયેલાં લપટાયેલાં રેહે, તેની કાંઈ પણ દરકાર કરીયા વગર તે ગાયે અથવા ભેંસનું ફૂધ કાંમમાં લાવેતો તેઓ મોટી ભુલ કરેછે. કેટલાં જાનવરો એવી જગામાં તનદરોસત હાલતમાં રહી શકે? કેટલાં જાનવરો મરી જાયેછે? કેટલાં જાનવરોને આપણે ફૂધલાં અને મરી ચરી રહેલાં જોઈયેછે? અને એવાં જાનવરનું ફૂધ તે શું માણસને ખોરાક આપી શકે? તે સમજ પડતી નથી. એક મેલી ઘેલી, મેલાં, ઘંધાતાં કપડાં પેહેરેલી આ

યાને આપણે કદી પણ એક બચાંને ધવાડવા આપશું નહીં; તોય પણ મેલાં, ફુલોં, તાતનદરોસત જાનવરોનું કુધ વગર અડચણે આપણે કાંમે લાવીયેછ, એ અકુશોસ જેવુંછે. જેમ માણસને તનદરોસત રેહેવાને માટે ખોલી ચોખી હવાની જરૂરછે તેમ જાનવરોને પણછે; ડાકટર ટામસન કહેછે કે એક ગાયને ૯૫૬ કીયુબીક ફીટની જગાની જરૂરછે. ભાયેગે અહીં ગાયે અથવા ભેંસને ઉભાં રહેવાની પણ જગા મલતી હોયે, અને જો મલેતો તેનેથી કદી પણ હીલ ચાલ કરવાને બની શકેજ નહીં. એવી જગામાં રહેલી ગાયેનું કુધ તદ્દન હલકું હોયેછે અને તે પીધાથી ઘણી વેલા કાયેદા થયાને બદલે નુકસાંની પોંદાંચેછે. શું આપણી આગલ કુધ લાવીને મુકીયું અને એમ જાણીયું કે કુધ કુવતવાલુંછે, એટલાંમાં શું સઘલું બસ થયું કે? જેમ મા બાપ પોતાના બચાંને માટે કુધવાલી આયા સોધવાની મેહેનત લેછે, તેની પરીક્ષા કરાવેછે અને ઘણી જોસતેજો કરીને તેને રાખેછે, તેમ ગાયે, ભેંસ જે આપણને દરરોજ કુધનો ખોરાક આપેછે તેને સંભાલથી રાખવાની જરૂરછે.

ગાયેના કુધ કરતાં બકરીનું કુધ વધારે સરસછે અને તે કરતાં વધારે સરસ ભેંસનુંછે.

સાડું કુધ કેવું હોયેછે, તેને પારખવાની રીત શુંછે અને તેમાં શું ભેલ કરવામાં આવેછે તે વીશે આવતાંમાં જણાવશું.

સપનાનાં અભયેષ જવા દાખલા.

(સાંધણ પાંને ૨૫૬ થી.)

EXTRAORDINARY EXAMPLES OF DREAMING.

તરીખું. જે બાબદ જુની થઈ ગઈ હોયે અને તદ્દન ઘેયાન માણેથી નીકલી ગઈ હોયે તે સપનામાં તાજી થઈને આવેછે. ડાકટર આબરકરામખી પોતાના એક દોસતની વાત કહેછે, કે તે ગલાસગોની એક બેંકમાં શરાફ હતો. એક દાહાડે તે પોતાની જગા ઉપર બેઠેલા હતો, તેવામાં એક જણુ છ પોંડ લેવાને માટે આવીયો. તેને પેસા

આપે તેની આગમન બીજાઓને પૈસા પગાર કરવાનાં હતા પણ તે એટલો તો અધીરો પડીયો અને એટલી તો ગડબડ કીધી, અને વલી તોતરું બોલતો હતો તેથી એક બીજા ગરહસથે શરાફને અરજ કીધી કે તેનાં નાણાં તરત પગાર કરે અને જવા દે કે ગડબડ ઓછી થાયે, તે ઉપરથી તેણે ચીરડાઈને નાણું આપીયું અને પછી તે વાત લુલી ગયો. ન વ મહીના પછી વરસ પુરું થયું અને સરવાયું કાઢાડતાં બરાબર છ પૈંડની ઘટ માલમ પડી. ચોપડાઓ ઘણાબી તપાસીયા પણ લુલ માલમ પડી નહી. એક દાહાડે થાકીને ઘરે ગયો. સુતા પછી થોડા વારમાં તેને સપના આવીયો અને તેમાં ઉપર કહેલો સઘલો દેખાવ આબેહુબ તેને નજરે પડીયો. તરત તેને લાગું કે આ સપનાની વાત માહેથી તેની લુલ દેખાશે અને ચોપરા તપાસતાં માલમ પડીયું કે તે દાહાડે પેલા શખસને આપેલા છ પૈંડ નોધવાને લુંલી ગયો હતો. એ સપનામાં અન્યથા જવું એ હતું કે જે બાબદ ઉપર તેના કાંઈ ખેવાલ પણ નહી, કાંયેકે તે નાણું નોધવાને માતરે લુલી ગયોછે એવી તેને કાંઈ પણ ખબર હતી નહી, તે બાબદ સપનામાં યાદ આવે એ સમજ પડી શકતી નથી.

એક બીજો ઘરસથ એડીનબરો શેડરની એક મુખીય બેંકમાં શરાફ હતો. પેહેલે દાહાડેજ તેને સાંહાંજે હીસાબ તપાસતાં દશ પૈંડની લુલ આવી; પણ તેના પતો કાંઈ લાગો નહી. બીજારો નીરાસ થઈને ઘેર ગયો; રાતના તેને સપના આવીયો કે તે બેંકમાં પોતાની જ ગા ઉપર બેઠોછે અને એક ઘરસથ જેને તે પીછાંણતો પણ હતો તે નાણું લેવાને માટે આવીયો. જરે ઉઠીયો તારે તેને સપનાની વાત યાદ આવી અને બેંકમાં જઈને ચોપડી તપાસતાં જુવેછે તો તે દશ પૈંડ નોધવાને લુલી ગયો હતો. જે આરડર પેલો શખસ લાવીયો હતો તે અકસમાતથી બીજાં કાગજયાં સાથે જમીન ઉપર પડ્યો હતો અને તેની કાંઈ ખબર પડી નહી.

જે બોલી તદન લુલી ગયા હોયે તે સપનામાં પાછી યાદ આવેછે. આબરકરામબી પોતાના એક દોસતને માટે કેહેછે કે જરે તે નાહાનો હતો તારે ગરીક બોલી ઉપર ઘણો શોખ હતો અને તેના ઘણો અલીયાસ કીધો હતો; પણ પછવાડેથી બીજાં કાંમમાં પડીયાથી તે ભાશા તદન લુલી ગયો હતો તે એટલું કે તે બોલ પણ બરાબર વાંચી શકતો

ન હતો. પણ જે બોલો આગલ કાલેજમાં જાણતો હતો તેનો ખેવાલ બરાબર સપનામાં આવતા હતા, અને તે સમજતો પણ હતો.

સર વાલટર સક્રાટ એવીજ રીતના સપનાની એક વાત લખી ગયો છે. એક ઘરસથે બીજા ઉપર જમીનના પતાના કેટલાંએક ચંદડી ગયેલાં વરસના ભાડાંની મોટી રકમની ફરીયાદી માંડી. પરતીવાદીને પકડી ખબર હતી કે તે જગાતો તેના બાપે વાદી પાસેથી વેચાતી લીધી હતી; પોતાના બાપના કાગજીયાંમાં બોલ કીધી, જાહેર રેકર્ડમાં તપાસ કીધી અને જે જે વકીલ સાથે પોતાનો બાપ કાંમ કરતો હતો તાં હાં પુછપરછ કીધી, પણ જમીન વેચાતી લીધી તેના કાગજીયાંનો કાંઈ પ્રતો મલીયો નહી; વખત નબદીક આવીયો અને હવે સઘલા પઈસા આપવા પડશે, એવા વીચારથી તેણે બેહેતર એ વીચારીયું કે બીજા દાહાડે વાદી સાથે કાંઈ સમજુતી કરવી. એવો પંકો વીચાર કીધા પછી તે સુવા ગયો; ઉંઘમાં તેને આ મીસાલનો સપનો આવ્યો. તે નો બાપ જે ઘણા વરસ થયાં મરી ગયો હતો તે તેની આગલ આવીને ઉભો અને તેની દલગીરીનું કારણ પુછીયું. જાણે તેણે પોતાના બાવાને દલગીરીનું કારણ સમજાવીયું અને કહીયું કે ઘણી દલગીરી એ માટે લાગે છે કે તે પકડી ખાતરીથી જાણે છે કે એ પઈસા નકામાં આપવા પડે છે. તેના બાપે જવાબ દીધો, “ ખરું છે, મારા દીકરા; મેં એ જમીનના પઈસા આપીયા છે અને તેથી તે આપણી છે; તેને લગતાં કાગજીયાં મીં—એ ક વકીલના હાથમાં છે, જે હાલ પોતાનું કાંમ ચલાવતો નથી અને એ ડીનબરો આગલ ઇનવરેસક નામના ગામડાંમાં રહે છે. એ શમ્પસની સાથે એજ કાંમ મેં પાડીયું હતું. કદાચ મીં—એ બાબદ ભુલી પણ ગયો હોયે કાંયેકે તેને ઘણા વરસ થઈ ગયાં છે; પણ તેને જો તું આ વાત યાદ દેવારશે કે જરે હું તેને પૈસા આપવા આવીયો તારે પ્રારટુગલ નો એક સુનાનાં સીકાનો વઠાવ મલી નહી શકીયો હતો અને બેઉ જાણે એક પીઠામાં જઈને બાકીનાં પૈસાનું પીવાની ફરજ પડી હતી.” પેલાએ સહવારનાં ઉઠતાં ઇનવરેસકમાં પેહેલાં જવાને ઠેરાવ કીધો. તાંહાં સપનામાં જણાવેલા માણસને જઈને મલીયો. સપનાની વાત કહેયા વગર પુછીયું જે કદી તેના બાપને માટે તેણે કામ કીધું હતું ? પેહેલાં તેને યાદ આવી નહી, પણ પેલા સુનાનાં સીકાની વાત કરતાં તેને સઘલી વાત યાદ આવી; તરત પોતાના કાગજીયાં બોલી જોયાં અને તે માંહેથી જમીનનું ખત પાડ્યું.

એક વકીલને હાથે કાંઈ અગતનાં કાગળયાં ઘેરવેલે થયાં અને પતો ખાલમ પડીયો નહી. તેનો છોકરો પણ તેથી ચીંતાતુર હતો; તેને સપના આવીયો કે જે વખતે તેના બાપને તે કાગળયાં આપીયાં તારે એક ચોકસ ઘરાકનાં બીજાં કાગળયાં ટેબલ ઉપર મુકેલાં હતાં. એવા ખેવાલથી તે ઉડીને પેલાં કાગળયાં ખોલી જોયાં અને તે માં લુલથી સાથે બાંધેલાં જરૂરનાં કાગળયાં પાયાં.

એક ઓરત ઝાડપાનતી વીદીયાનો ઘણો શોખ રાખતી હતી. તેને ફરવા જતાં એક રોપો મલીયો જેનું નામ તેણીને તરત યાદ આવીયું નહી. રાતનાં સપનામાં તે એક પારટીમાં ગઈ છે અને તાંહાં એક ઓરત સાથે તેને સુલાકાત કરાવી અને તેનું નામ મીસીસ હીપ નમ કરીને જણાવીયું. તે પાલાનું નામ હીપનમ કરીને હતું અને જે દીવસમાં યાદ નહી આવીયું તે રાતરે સપનામાં આડી રીતે યાદ થયું.

સકાટલાનડમાં એક ફેરીયાનું ખુન થયું પણ ખુની ખાલમ પડીયો નહી; તેવામાં એક શખસે પોતાની ખુશીથી જાહેર કીધું કે તેને સપના આવીયો કે જેમાં તેણે એક ઘર જોયું અને એક આવાજ એવો આવીયો કે જ્યાં તે ઘરનાં એક ભાગ ભણી તે ગયો અને તાંહાં મરનાર ફેરીયાનાં સામાનનો બાકસ દાટેલો હતો. તપાસ કરતાં તે બાકસ તેજ જંગા ઉપર નહી પણ તેની નજદીક ખાલમ પડીયો. તરત લોકોને વેહેમ ગયો કે કદાચ તે પોતે ખુની હશે અથવા તેમાં તે સામેલ હશે; પણ તે ઘરમાં રહેનાર શખસની તપાસ કીધાથી તેની ઉપર વાંક સાબેત થયો; ફાંસી દીધાં આગમજ તેણે પોતાનો ગુનાહ કબુલ કીધો અને સપના જોનાર તદ્દન બેગુનાહ હતો એવું સાબેત કીધું. સપના આવવાનું કારણ એટલું જ જણાયે છે કે ખુન થયા પછી પેલો ખુની અને સપના જોનાર સાથે છાકટા ફરતા હતા અને કદાચ પેલો ખુની છાકટપણામાં પેલા આગલ ખુન કબુલ કીધું હોય કે જે પેલા સપના જોનારને સુધમાં યાદ રહેયો નહી હોય પણ સપનામાં તેને તે યાદ આવીયો હોય.

એથું. એક હવે પછી બનવાની વાત હોય, તે ઘણી વેલા આગમજથી સપનામાં આવે છે. મીઠું કુમ કેહે છે, કે એક જણને એવો સપના આવીયો હતો, કે તે કોઈનું ખુન કરે છે, અને કેટલાંએક વરસ પછી તેણે ખરેખર ખુન કીધું હતું.

ડાક્ટર આબરકરામખીને એક અમલદારે પોતાના સપનાનો વાત કહી. તે જરે પંદર વરસનો હતો તારે તેને એવો સપનો આવીયો કે તે એટના પાહાડને મથાલે ગયોછે અને જે ખાડા માહેથી ધુ માડો નીકલેછે તેમાં ઉતરવાનો ઇરાડો કીધો. મથાલે થોડો ધુમાડો અને બલતું હતું, પણ થોડું એક નીચે ગયા પછી સઘલું સ્થીર નજરે પડીયું. ઉતરતાં તેનો પગ ફસલી પડીયો અને તેની ધાસતીમાં જામી ઉઠીયો. દશ વરસ પછી તેને લસકર સાથે ઇટલી દેશમાં જવું પડીયું અને જે બીજા લસકરી અમલદારો અને જે ભોમીઆં સાથે એટનાં પાહાડને મથાલે ગયો. ઉપર ગયા પછી તેને ખાડામાં ઉતરવાનો શોખ થયો અને પોતાની મતલબ પોતાના સોબતી અને ભોમીયાને જણાવી. સઘલાઓએ તેને હસી કાહાડીયો અને આજ લગી કોઇએ એવો જે ચાલ પણ કીધેલો નહી તે આ શખસ કરવા માંગેછે એ ખરેખરું બે લાપણુંછે, એમ પેલા ભોમીયા બોલીયા. પણ પેલો અમલદાર તેથી પાછો ફરીયો નહી પણ અંદર જવાની હીમત ચલાવી. તેની સાથે એક બીજા અમલદારે પણ હીમત ચલાવી અને બેઉ જણ અંદર ઉતરીયા અને છેક ૫૦૦ ફીટની ઉંડાઇએ તલીએ જઇને પોહાંચીયા. ઉપર આવતાં તેઓને ઘણી મુશકેલી પડી. હવે પેલો દશ વરસની વાત ઉપરનો સપનો તે તદ્દન લુલી ગયો હતો, પણ તે રાતે તેને ઉંઘમાં તે સપનો પાછો આવીયો. જે કામ તે કરવાનો હતો, તે દસ વરસ આગમજથી સપનામાં તેની ઉપર ગુજરી ગઇ હતી.

વલી કેટલી બાબદ જે વખતે બનતી હોયે તેજ વખતે સપનામાં ખરેખરી આવેછે. એક પાદરી એક ગામડેથી એડીનબરો શેડરમાં આવીયો અને એક ધરમશાલામાં ઉતારો કીધો. રાતરે તેને એવો સપનો આવીયો કે કેથે આગ લાગીછે અને તેમાં તેનું એક બાલક આવી ગયુંછે. તેવામાં ઝપકીને ઉઠીયો અને તરત પાછું પોતાના ગામ તરફ કુચ કરવા માડીયું. ઘર આગલ જતાં જુવેછેતો આગ લાગેલી હતી અને તે એવા વખતમાં આવી પુજો કે એક બચું જે ઘભરાટ માં અંદર રહી ગયેલું હતું તેને તે બચાવી શકીયો. હવે એ પાદરીને સપનામાં એવી બસારત સાથી થઇ ? તેની સમજણ ડાક્ટર આબરકરામખી આ પરમાણે આપેછે. કદાચ એવું ધારીયે કે એ પાદરીનો આકર આતસની બાબદમાં ઘણો નબરવસ હોયે અને પાદરીને તેથી

રખે ઘરને આગ લગાડી મુકે એવી ધાસતી રહે. ઘરથી દુર ગયાથી એ ધાસતીમાં વધારો થયો હોય; અને તેથી વલી ચાકર વધારે નભર વસ થાયે. વલી તેના ઘરની પડોશમાં તે દાહાડે તમાસો હતો અને તે બાબદ તેને યાદ આવી હોય અને કદાચ વીચાર કીધો હોય કે ચાકર છાકટો થઈને આવે. એવી સઘલી ધાસતીથી સપના પેદા થયો હોય તેમાં કાંઈ નવાઈ નથી.

એક ઘરસથને ગુઠણ આગલ ધોરી નેસનું દરદ હતું જેને આની ધુરીનમ કરીને કેહેછે. એ દરદ નેસને બાંધીયા સીવાએ પોતાની મેલે કોઈ કદાચન સાડું થાયેછે. ડાકટરોએ નેસ બાંધવાનો ઠેરાવ કીધો અને એક દાહાડો મુકરર કીધો. મુકરર કીધેલા દાહાડાની બે દાહાડા આગમન તે ઘરસથની બાયેડીને સપના આવીયો જે તે નેસ બાંધવી પડશે નહીં અને દરદ પોતાની મેલે સાડું થયું. સહવારના ડાકટર જુવેછે તો દરદનું જોર નરમ પડી ગયેલું હતું અને નેસ બાંધવાની જરૂર માલમ પડી નહીં.

એક ઓરતને સપના આવીયો જે પોતાની એક સગી બુઢી ઓરતને એક કાલા માણસે મારી નાખી અને તે સપના એકથી વધારે વખત આવીયા કીધો. તેથી તેની ઉપર એટલી અસર થઈ કે તે પોતાની સગીને તાંહાં તરત ગઈ અને એક બીજા સગાને પોતાના સપનાની બીના કહીને તે રાતે એક પાસેના ઓરડામાં એકસી રાખવાની અરજ કીધી. સહવારના તરણ વાગાને અમલે પેલા ઘરસથે દાદર ઉપર પગલાં સાંબલીયાં, તેથી બાહર આવીયો અને તે ચાકરને કોલસાની તોપલી લેઈ જતાં જોયો. જોરે તેને પુછીયું, કે તે કાંહાં જાયેછે તારે તેણે ઘભરાઈને જવાબ દીધો જે પોતાની બાઈના ઓરડામાં આતસ સલગાવાને માટે જાયેછે; માણ ઉનાલાના દીવસ ઉપર એટલે સકારેથી આતસ સલગાવાની વાત તદન મનાઈ શકાયે એવી નહીં હતી; અને તે ઉપરથી કોલસાની તોપલી તપાસ કરતાં અંદરથી એક મોટી છરી માલમ પડી.

એક ઓરતને સપના આવીયો જે પોતાના ભાનેજ જે પોતાના બીજા સોબતીઓ સાથે બોટમાં સેહેલ કરવા જવાનો હતો તે દુબી ગયોછે. સહવારે ભાનેજને બોલાવી મંગાવીયો અને ઘણી બોહાસ કરીને બોટમાં સેહેલ કરવા જવાને મનાઈ કીધી. તેના સોબતીઓ ગયા અને તેઓ સઘલા દુબી ગયા.

એક એરતે એક ઘડીયાલીને પોતાનું ઘડીયાલ દરસત કરવાને આપીયું. ઘણા દાહાડા થઈ ગયાં પણ ઘડીયાલીએ ઘડીયાલ પાછું આપવાને વામાતામાં કરીયા કીધા. પેલીને એક રાતે સપના આવી થો જે ઘડીયાલીએ પોતાના માણસ પાસે ઘડીયાલ મોકલીયું હતું, પણ તે માણસે ઘડીયાલને રસતામાં પાડી નાખીયું અને તેથી તેમાં એટલોતો બીગાડો થયો કે ઘડીયાલીથી દરસત થઈ શકીયું નહી. પેલી એરત બીજા દાહાડે ઘડીયાલીને તાંહાં ગઈ અને તેને સપનાની વાત પુછી જોઈ; ઘડીયાલી તરત કબુલ થયો કે તે વાત ખરી હતી.

મી૦ જેમસ ટેલર એક સપનાની અન્યથા જોવી વાત કહી જાય છે અને તે ખરી હતી. એક જુવાન છોકરો પોતાના મા આપના ઘરથી નજદીક સો માઈલને છેટે એક કાલેજમાં રહેલો હતો; તેને સપના આવીયો જે, તે પોતાના આપના ઘરમાં રાતે ગયોછે અને આ ગલાં બારણે તાલું દીધેલું જોયું, તેથી પાછલે દરવાજા ગયો અને કોઈ પણ જાગતું ન હતું, તેથી પોતાની માએના એરડામાં ગયો, અને કેહેછે જે, “માએ હું લાંબી મુસાફરીએ જાઉં છું તેથી હું તારી મુલાકાત કરવા આવીયો છું.” તે ઉપરથી તેની મા બોલીજે “અરે પેયારા દીકરા, તું ખરી જવાનો.” તે તરત જાગી ઉઠીયો, પણ એ સપનાની વાત ઉપર કાંઈ વધારે વીચાર કીધો નહી. થોડા દાહાડા પછી તેના આપનો કાગળ આવીયો તેમાં તેની તનદરોસતીની ખબર પુછી; અને જે સપના પોતાને આવીયો હતો તેજ સપના તેજ રાતે તેની માએને પણ આવીયો હતો અને તેથી ફીકર કરીને તેની ખબર અંતર પુછાવી હતી.

એક ઘણા આબરૂવાલા પાદરીએ કાંઈ જાહેર પરોપકારી કામને માટે પોતાના દેવલમાં ઉઘરાંણું કીધું. ઉઘરાંણાના પઈસા તેણે ધારીયા તેટલા એકઠા થયા નહી અને સાંજે વાગેજ કરતી વખતે એકથી વધારે વખત એ બાબદ ઉપર બોલીયો અને ઘણી નામુરાદી બતલાવી. બીજા રાતરે તેને એવો સપના આવીયો જે જે વાસનમાં પઈસા એકઠા કરવામાં આવીયા હતા, તેમાં એક પાઉડની તરણ નોટો પઈસા ઉપર આવીયાથી એટલીતો દબાઈ ગઈ હતી કે જારે વાસન ખાલી કરવામાં આવીયું તારે તેના એક ખુનામાં એ નોટો રહી ગઈ. સહવારના પોહોરમાં દેવલમાં જઈને પેલું વાસન તપાસી જુવેછે

તો પેલી તરણ નોટો માલમ પડી. ડાકટર આખરકરામખી એસપ નાની એવી સમજણ આપેછે કે, એવું વીચારો જે એ પાદરીએ ઉધરાં છાની એક દાહાડો આગમન પછસા કેટલા એકઠા થશે અને એકસ કુટુંબ માહેથી એક પાંઉંડથી ઓછા નહી આવશે એવી આશા રાખી હોયે અને જરે તે વાસન ખાલી કરતાં નોટો નહી જોતાં તે નીરાશ થયો હોયે, પણ વધારે વીચાર કરતાં તેના મનમાં ખેયાલ આવે કે કદાચ વાસન બરાબર ખાલી થયું નહી હશે; પણ તેને વીશે વધારેવાર વીચાર કીધો નહી હોયે; અને એ વીચાર પછી સપનામાં આવે તે માં કાંઈ નવાઈ નથી.

મીં પરસીવલ ચાનસેલર આફ ધી એકસેએકર હતો અને તેનું ખુન થયાની આઠ દાહાડા આગમનથી એક ઘરસથ જે કારનવાલ માં રહેતો હતો તેને એવો સપનો આવ્યો જે તે હાઉન આફ કામ નજમાં બેઠેલોછે તેવામાં એક ઠીંગણો માણસ બહુ રંગનો દગલો અને સફેદ વેસકોટ પેડેરીને અંદર આવીયો. તરત તેની પછવાડે એ ક બીજો માણસ જેણે પીલા રંગના બટન વાળો ભુરા રંગનો દગલો પેડેરેલો હતો તે દાખલ થયો. તેણે દગલાની હેઠલથી એક પીસટોલ કાહાડી અને પેલા ઠીંગણા માણસ ઉપર ફોડી જેથી દાખી છાતી માહે થી લોહી નીકલીયું અને તે તરત મરણ પામીયો. આસપાસના લોકો એ તે ખુનીને પકડીયો અને તેના એહેરો તેણે જોયો અને જરે પુછીયું કે કોણને ગોલી મારી તારે જવાબ મલીયો જે તે પરસીવલછે. એ વો સપનો તેને તેજ રાતના તરણ વખત તેજ પરમાંણે પાછો આવી યો; અને પોતાના દોસતો આગલ સપનાની વાત જણાવી અને પર સીવલને તે સપનાની વાત લખવાને ખાહેશ બતલાવી, પણ તેના દો સતોએ તેને વારીયો, કે તેમ કીધાથી તે ઘેલામાં અપશે. બરાબર આ ઠ દીવસ પછી તેને એ ખુનની ખબર મલી અને થોડા દાહાડા પછી લંડન શેહેરમાં જતાં તેણે ફુકાંનો ઉપર પરસીવલના ખુનનો દેખાવ જોયો કે જે તેના સપનામાં આવીયો હતો તેને બરાબર મલતો હતો.

એક ઘરસથ મધરાસમાં જનમીયો હતો પણ જરે તરણ વરસનો હતો તારથી તેના મા બાપે તેને ઇંગલંડ મોકલાવી દીધો હતો. જ રે અહિ વરસનો થયો તારે તેને એક રાતરે એવો સપનો આવીયો જે તેની માએ ઘણી કુખી હાલતમાં વીધવાના પોશાકમાં બેઠીછે. સહવા

રના તેણે પોતાના દેસતો આગલ સપનાની વાત કહી અને ઓરડા નું અને ઓરડા માહેલી સઘલી ચીનનું તેણે બારીકીથી બેધાન કીધું. પછવાડેથી તેના બાપની ખબર આવી અને ઓરડાનું બેધાન પણ બરાબર મલતું આવીયું.

સપનામાં ઉમદા વીચારો આવેછે તેના એક દાખલો ડાક્ટર આ બરકરામખી જણાવેછે. એક ઘણાજ અઘડા અને અગતના ફડચા બાબદ એક બારીસટરનું મત પુછવામાં આવીયું તે ઉપર તેણે ખુબ બેધાન પોંદોંચાડીયું પણ પકો વીચાર જણાયો નહી. ઘણા દાહાડા નીકલી ગયા અને એક રાતરે તેની બાપેડીએ તેને બીછાંના. ઉપરથી ઉઠતાં જોયો અને તે એક લખવાની ટેબલ તરફ ગયો. બેસીને એક લાંબું કાગળ લખી કાહાડીયું અને તેને સંભાલીને દેસકમાં મુકીયું અને પાછો સુઈ ગયો. સહવારે તેણે પોતાની બાપેડીને કહીયું જ તેને એક ઘણાજ અજબ સપના આવીયો હતા, કે એક ઘણાજ અઘડા ફડચા વીશે તેણે ઘણીજ ખોલી રીતે પોતાના વીચાર જણાવીયો હતા, પણ તે હાલ તદ્દન વીસરી ગયોછે અને જ કોઈ તેજ વીચાર જો પાછા આપેતો તેને આહુ તે આપે. તેની બાપેડીએ તેને દેસક ઉઠાડવા કહી અને તે માહેથી પેલો કાગળ વાંચવાને કહીયું. સઘલા વીચારો ખુબત અને ખોલી રીતે લખેલા હતા.

છંદગી લાંબી રાખવાની કલા.



માણસની છંદગીની લંબાઈ.

(સાંધર્ણ પાને ૨૪૮ થી.)

ART OF PROLONGING LIFE:—

INSTANCES OF LONGEVITY.

*ગયા આંકમાં અસલના લખતના બાદશાહે, ઉમરાવો અને કીલ સુકોની છંદગીની લંબાઈ વીશે જણાવીયું હતું, હાલ ગરીબ મેડેનલુ લોકોમાં લાંબી છંદગીના બનેલા દાખલાઓ કીયા થઈ ગયાછે તે તથા સી જોઈયે. જ ગરીબ મેડેનલુ લોકો ખોલી હવામાં કામ કરેછે તેઓ

ની જીંદગી હુમેશાં લાંબી રહેછે; જમકે ખેડુંત, માલી, શેકારી, સીપા હી અંને ખલાસી; તેઓમાં ૧૪૦ અને ૧૫૦ ની ઉમરના દાખલા જણાયેલાછે.

ઈ૦ સ૦ ૧૬૭૦ માં યોરકસાપર પરગણામાં હેનરી જનકીનઝ નામનો શખસ મરણ પામીયો. ૧૫૧૩ માં ફ્લાડેન ફીલડની લડાઈ થઈ તે તેને જોઈ હતી અને તારે તે બાર વરસનો હતો. કોરટ અંને આનસરીની ચોપડીઓ તપાસતાં માલમ પડીયું કે તે મરી ગયો તે ની ૧૪૦ વરસ આગમજ તેણે સોગણ ખાઈને સાખશી આપી હતી. જારે તે મરી ગયો તારે ૧૬૯ વરસનો હતો. જારે ૧૦૦ વરસનો હતો તારે માછીનો ધંધો કરતો હતો અને એ ઉમરે નદીઓ એક કી નારેથી બીજીગમ તરી જતો હતો.

એનેથી ઉતરતી ઉમરનો એક બીજો ઈંગરેજ ટામસ પાર નામનો હતો. તે એક ખેડુતનો આકર હતો. તે ૧૨૦ વરસનો હતો તારે એક વીધવા સાથે બીજી વખત પરણીયો હતો. ૧૩૦ વરસ લગી તે પોતાનું કામ કરીયો જતો હતો. તે મરી ગયો તેની થોડાં વરસ આગમજથી તેની આંખે ઝાંખ મારવા લાગી અને જરા યાદદાસ્ત કમતી થવા લાગી; પણ તે બરાબર રીતે સાંભલી શકતો હતો. જારે તે ૧૫૨ વરસનો હતો તારે ઈંગલંડના બાદશાહે તેને જોવાને મારે લંડન શેહેરમાં બોલાવીયો. બાદશાહને તાંહાં તે ખાવા પીવામાં અને મોજ મજામાં રહેયો અને તેજ કારણને લીધે તે થોડા મહીનામાં મરણ પામીયો. જો તે પોતાને વતને પોતાના સરેસતા પરમાંણે રહેતેતો તેની જીંદગી હજીર લાંબી રહેતે. તેની ઉમરમાં ઈંગલંડમાં ૯ બાદશાહ થઈ ગયા હતા. મરી ગયા પછી તેનું મુરદું ચીરી જોયાથી દરદની કાંઈ પણ નીશાણી માલમ પડી હતી નહી. તે માતરે વધારે મોજ મજાને લીધે મરણ પામીયો હતો. એ પારનાં ઘણાં છોકરાં હતાં અને તેઓની ઉમર પણ લાંબી હતી, થોડાંજ વરસની વાત ઉપર તેના છોકરાના છોકરાનો છોકરો કારક શેહેરમાં ૧૦૩ વરસની ઉમરે મરણ પામીયો હતો.

એક દેનમારકનો રહેવાસી ૧૬૨૬ માં જનમીયો હતો તેણે ૯૧ વરસનો થયો તાંહાંલગી રાયેલ નેવીમાં એક ખલાસી દાખલ ચાકરી કીધી હતી; એ વખતમાં તે પંદર વરસ લગી તુરકસથાનમાં

એક ગોલામની મીસાલે ઘણીજ જહેમતમાં રહેયો હતો. જરે ૧૧૧ વરસનો હતો તારે તેણે પરણવાનો વીચાર કીધો અને એક ૬૦ વરસની ઓરત સાથે પરણીયો; તે ઓરતનો મરી ગઈ અને તેની પછી પણ ઘણા વરસ લગી જીવીયો. જરે ૧૩૦ વરસની ઉંમરનો હતો તારે એક જુવાન છોકરી સાથે મોહીત પડીયો પણ તેણીયે તેની માંગણી કબુલ કીધી નહી. તે પછી બીજી ઘણી ઓરત સાથે પરણવાનો ખેતલ કીધો, પણ જરે કાંઈ વલીયું નહો તારે એખલો રહેવાનો ઠેરાવ કીધો અને તે પછી પણ ૧૬ વરસ બીજાં જીવીયો. તે ૧૪૬ મે વરસે મરણ પામીયો હતો. તે ઘણો ગોસાવાલો પુરુશ હતો અને મરવાની થોડાં વરસ આગમન પણ પોતાનું બલ દેખાડતો હતો.

ઈ. સ. ૧૭૫૭ માં કારનવાલમાં એફીંગામ નામનો પુરુશ ૧૪૪ વરસની ઉંમરે મરણ પામીયો હતો. તે બચપણથી મેહેનતમાં ઉઘરેલો હતો, તેણે ઘણા વરસ સીપાહી દાખલ ચાકરી કીધી હતી; તે પછી તે પોતાને વતણે આવીને પાછી મજૂરી કરવા લાગો. તે કદી પણ દારૂ પીતો હતો નહી; ઘણેજ અંદાજથી રહેતો હતો અને કદાચજ ગોશ ખાતો હતો. સો વરસની ઉંમર થઈ પણ દરદ શું છે તે તે જાણતો ન હતો. તે મરી ગયો તેની આઠ દાહાડા આગમન તરણ માઈલ આલીને ગયો હતો.

૧૭૯૨ માં હાલંડમાં સટેનડર નામનો મજૂર ૧૦૩ વરસની ઉંમરે મરણ પામીયો હતો. તેનો ખોરાક આટો અને કુદ સીવાએ બીજો કાંઈ હતો નહી. તે કદાચજ ગોશ ખાતો હતો; અને જો ખાતો હતો તો તેમાં નીમક વધારે નાખતો હતો. તેને ઘણી તરસ પણ લાગતી નહી હતી અને તેથી તે થોડુંજ પીતો હતો. તે જુઠો થવા આવીયો તારે પેટેલ વેહેલાં ચાહે પીવા માંડીયું અને કોઈજ વેલા કાફી પીતો હતો. તેના દાંત જલદીથી પડી ગયા હતા. તે કદી પણ આ જરૂરી પડીયો ન હતો, અને કદી પણ પોતાનો મીજાજ ખોતો ન હતો. જમ બને તેમ કચ્ચા ટંટાથી દુર રહેતો હતો. તે ખોદા ઉપર બહુ લરૂશો રાખતો હતો અને હરેક મુસીબતમાં તેની ઉપર વીસવાસ રાખતો હતો.

પણ સહીથી અનન્ય દાખલો એક પર્શીયાના સીપાહીનો હતો. ૧૭૨૨ માં મીટલસટેડ નામનો એક જુઠો સીપાહી પર્શીયામાં ૧૧૨ મે વરસે મરણ પામીયો. તે ૧૬૮૧ માં જનમીયો હતો અને નાહા

નો હતો તે વખતે તેના ધણીએ જુગારમાં પોતાના સઘલા સર સામાણ અને બીજા છ ચાકર સાથે એને પણ ખોયો. પછી તે લશકરમાં ચાકરી રહેયો અને ૬૭ વરસ લગી ચાકરી કીધી. તે તરણ બાદશાહોની વખતની સઘલી લડાઈમાં અને મુખીય સાત વરસની લડાઈમાં હાજર હતો. તે ૧૭ લડાઈમાં ગયો હતો અને તે વખતમાં પુશકલ ઘાહ થયા હતા. સાત વરસની લડાઈમાં રૂશીયન લોકો તેને બંધીવાન કરીને લેઈ ગયા. એટલી મુસીબતો પછી તે પરણીયો. જરે તે ૧૧૦ ની ઉમરે હતો તારે તરીજ વખતે પરણીયો. મરી ગયો તાં હાંસુધી તે દર મહીને એક વખત એ માઈલ ચાલીને પોતાનું પેન સન લેઈ આવતો હતો.

હેલનગરે નામની ઓરત ૧૦૫ મે વરસે મરણ પામી હતી. તે ઠીંગણી, ચાલાક, સજુરીવાલી અને મીઠા મીઠાજની હતી. મરી ગયાની થોડું આગમન તેને નવા દાંત આવીયા હતા.

ટામસ ગારીક ૧૦૮ મે વરસ લગી જીવીયો હતો. તે ઘણો જોરાવર હતો અને તે પુશકલ ખાતો હતો. ૨૦ વરસ લગી તે કદી આજરો પડીયો નહી હતો.

ડાક્ટરો જે બીજાઓને તનદરોસતી આપવાને તઈયાર થાયેછે તેઓ પોતે પણ તનદરોસત હોવા જોઈયે; પણ કમનસીબે તેવું બનતું નથી. ડાક્ટરો જે બીજાઓને માટે તનદરોસતીના કાયદાઓ બતાવેછે, પણ તે પરમાણુ પોતાથી ચાલવાને બની આવતું નથી; અને થોડાજ એવા ધંધા હશે કે જેમાં બેઉ તંત્ર અને મનની શક્તીની જરૂર પડતી હશે. તેઓનું માથું અને પગ હમેશાં રોકાયલા રહેછે. ડાક્ટર હુકલાનડ કેહેછે, ડાક્ટરો પોતાના ધંધામાં પેહેલાં દશ વરસ લગી ધાસતીમાં રહેછે; પણ તે પછી તેનો બાંધો મળજીત થાયેછે, તેને થાક ચહુડતી નથી અને દરદ પણ તેની ઉપર ગલબો કરતું નથી; આસતે આસતે તેવ પડીયાથી તેની ઉપર ખરાબ વાસ અને ઉડતા રોગોનું જહેર લાગુ પડી શકતું નથી; તેને લોકોમાં કુખ્ જોતાં જોતાં આસતે આસતે તેનું હૃદય કઠણ થતું જાયેછે, અને એ પરમાણુ જે ડાક્ટરે એ મુદત પસાર કીધી તેને બુઢો થવાની વકીછે.

એનો દેખઈતો દાખલો હીપોક્રેટીસનોછે જે ૧૦૯ વરસ લગી

જીવીયો હતા. તેની આખી જીંદગી કુદરતની જોસતેજોમાં, મુસાફરીમાં, અને દરદીઓને જોવામાં ગઈ હતી. પણ તેનો ઘણો વખત શે હરનાં કરતાં ગાંમડાંઓમાં જતો હતો. ગાલેન, કરેટો, ફારેસટર્સ, પેટર, હાફમાન, હાલર અને બુરહાવ સઘલા લાંબી જીંદગી લગી જીવીયા હતા.

હવે જુદા જુદા દેશની આબોહવાથી જીંદગી ઉપર શું અસર છે તે તપાસી જોઈએ. ઈંગલંડ, ડેનમારક, સ્વીડન, અને નારવેમાં હાલના વખતમાં પુશકલ બુઢાં માણસો થાય છે. થંડીના મુલકમાં ગમે તેવી જીંદગી લાંબી થવાની વકી હોયે તોયપણ ઘણી થંડીથી જીંદગી ટુકી થાય છે. આઈસલાન્ડ અને સાઈબીરીયાના લોકો ૬૦ અથવા ૭૦ વરસની ઉંમરથી વધુ જીવી શકતાં નથી.

એમ કહે છે કે આયરલાન્ડમાં ઘણા લોકો લાંબી જીંદગીના માલમ પડીયાં છે. દનસફારડ નામના નાહાના પરગણામાં એક વખત ૮૦ વરસ ઉપરના ૮૦ માણસો ગણવામાં આવીયાં હતાં; અને લૉરડ બેકન કહે છે કે આખો ટાપુમાં એવું એક માંમડું નહી હશે કે જ્યાં હાં એક પણ બુઢો ૮૦ વરસનો નહી હોયે.

ફ્રાંસ, સ્પેન, અને ઈટલીમાં લાંબી જીંદગીનાં દાખલા ઘણા જણવામાં નથી આવતા.

ગરીસ જેમ આગલ એ બાબદમાં પરખેયાત હતું તેમ હમણાં પણ છે. નાખસાસ નામનું ટાપુ એ બાબદને લીધે વખણાયેલું છે.

મીસર દેશમાં અને હીંદુસ્થાનમાં બરાહમણ, અને જોગીના લાંબી જીંદગીના ઘણા દાખલા સાંભળવામાં આવે છે.



બચાંની તનદરોસતી.

—૦૦૦—

જનમીયાં પછી તરતની માવજત.

HEALTH OF CHILDREN :—

MANAGEMENT IMMEDIATELY AFTER BIRTH.

શીરોનબાઈ, સાવકશા અને તેઓના સહી અને દોસતો ફેરવેલે દીવસે સાથે મલીયાંછે. ડાક્ટરે ગઈ વેલા જે બાબદો સમજાવી તે ઉપર તેઓ વાતો કરેછે.

શી૦—જીવોની, ડાક્ટરે આપણી ગામટી દાઢ્યોની કેટલી ખામી બતાવવી અને હજી કેટલી બતાવશે તે આપણને ખબર નથી. પણ તેઓના અચાનપણને લીધે ઘણી ખરાબી થાયછે તેમાં કાંઈ શક નથી.

બાનુ૦—જરે ઘર જઈને મેં મારી એક સહી આગલ વાત કીધી તારે તેણે મને જવાબ આપીયો જે “અરે જાઓરે, બેહુન, શું આપણી માતાઓની સુવાવડની વખતે કાંઈ બીજી દાઢ્યો હતી કે અંને તેઓથી આપણને શું નુકસાન થયુંછે વાડું ?” મારેથી કાંઈ પણ તેની વીરૂધ્ધ જવાબ અપાઈ શકાયો નહીં અને હું વીચારમાં પડી કે જે દાઢ્યોથી ખરેખર નુકસાન થતું હતેતો આપણા લોકો કદી પણ તેઓને બેલાવતે નહીં.

શી૦—મારો વીચાર પડોછે કે જે ડાક્ટર કેહેછે તે ખરૂંછે. આપણી દાઢ્યોનાં અંજાણપણને લીધે તરતનાં જનમેલાં બચાંને નુકસાની પોંહાંએછે ખરી; પણ તે નુકસાનીનું કારણ આપણાં લોકો બીજું જ સમજેછે; તેઓના બેયાલમાં કદી પણ આવડું નથી કે ફલાણો બનાવ બનીયો તે દાઢ્યો બચાંની માવજતમાં લુલ કીધી તેથી થયોછે. બીજે તરીકે દાહાડે બચાંની આંખ પાકી આવેછે તેના દાખલાતો મેં ઘણા જોયાછે, પણ મને એવો બેયાલ કદી પણ નહીં હતો કે દાઢ્યો જે કપડાંએ અથવા પાણીએ બદન ધોયું તેજ કપડું અથવા પાણી એ હોરો ધોવાને મારે વાપડીયું હતું. હવે જરે ડાક્ટરે આપણને સમજાવીયું તારે ખરૂં કારણ માલમ પડી આવેછે.

એવી તકરાર કરેછે એવામાં ડાક્ટર આવી યુગા અને શીરીનબા ઈએ તકરારની બાબદનો સાર ડાક્ટરને કહેયો. ડાક્ટરે શીરીનબાઈને સાબાસી આપીને કહીયું. જે તમે જે જવાબ આપીયોછે તે બરાબરછે. પણ આપણે ગઈ વેલા કાંઠાંથી બાકી રાખીયું હતું તે તમને માલમછે ?

શી૦—હા, તમે સમજાવીયું હતું, કે બચાંનું આંગ ઘોયા પછી તેને ઘણી થાક પોંઠાંએછે તેથી તેને તરત ગરમ કપડાંમાં વીટાલીને સુવાડી દેવું; અને આપણી દાઈએ ગોલ પાણી પાયા વગર બચાંને સુવાડતાં નથી તેમાં તેઓની ભુલછે, એમ તમે જણાવીયું હતું.

ડા૦—હા, આપણી દાઈએ બચાંને નહવાડીયા પછી તરત ગોલ પાણી પામેછે; તે પછી નાકમાં ઘીઈનો હાથ લગાડેછે. સંક્રામાં આંગલી ખોસેછે, અને પછી માથાં ઉપર ઘીઈ ચોપડીને સઘલી તરફથી ગોલ કરવાની મતલબથી હાથ વતી દબાવ કરેછે અને પછી માથાં ઉપર એક કપડું વીટાલી લેછે. એ સઘલી રસમ નકામી અને ઘણી વેલા નુકસાનકારક હોયછે. નાકમાં ઘીઈ લગાડવાની કાંઈ જરૂર નથી; સંક્રામાં આંગલી ખોસીયાથી બચાંને કાંઈ જલદીથી જાહાડો આવતો નથી; માથાં ઉપર ઘીઈ લગાડવામાં કાંઈ અડચણ નથી પણ માથાંને એકસરખું કરવાની મતલબથી હાથે સઘલી તરફથી ઠોકીને દબાવ કરવું ઘણું જ નુકસાનકારક છે. બચાંને જનમીયા પછી એક બે દાહાડામાં ઉપલીયું થઈ આવેછે તેનું કારણ ઘણી વેલાએ ખરાબ રસમને લીધે હોયછે; જે તરત કાંઈ થતું નથી તો થોડી મુદતમાં પણ ભેજાંનું દરદ થઈ આવીયા વગર રહેતું નથી; એટલા માટે કદી પણ દાઈએને બચાંનું માથું દાબવા દેતાનાં. વલી જે માથાં ઉપર કટકો બાંધેછે તે પણ નુકસાન કરેછે; એ કટકો માથાં ઉપર દબાવ કરીયા વગર રહેતો નથી; તેથી બેહેતર એછે કે માથાંને ઉઘાડું રાખવું, નહીંતો એક ઢીલી તોપી બનાવીને પેહરાવવી; પણ કદી પણ કટકો બાંધવા દેવો નહીં.

બાનુ૦—જે બાબદો આપણને પેહેલાં નજીવી લાગેછે, તે ઉપર આપણે કદી પણ ઘેવાન પોંઠાંચાડતાં નથી; પણ ડાક્ટરજીના સમજાવીયા પરમાણે તે કેટલી ઘેવાન પોંઠાંચાડવા જોગછે તે જલદીથી માલમ પડી આવેછે. ખરેખર, આપણી દાઈએથી વગર સમજણને લીધે નુકસાની થાયછે તેમાં કાંઈ શક નથી.

શી૦—પણ વાઈ, આપણા લોકો તરતના જનમેલાં બચાંને ગોલ પાણી પાચેછે તેનું શું કારણ હશે ? મને કાંઈ તેમાં સમજણ પડતી નથી; કાંચેકે ગોલ પાણીમાં કાંઈ પણ કુવતદાર ખોરાક આવતો નથી.

૬૧૦—આપણા લોકો બચાંને ગોલ પાણી પાચેછે તેમાં એક મતલ બહે. બચાંના પેટમાં પીત અને બીજી વસતું એકઠી થયેલી હોયેછે, તે ચાર પાંચ કલાકમાં નીકલી જવી જોઈયે, નહીંતો તે રહીને નુકસાની કરેછે. હવે આપણા લોકોને એવો વીચારછે જ એ જાહાડો જ લદીથી આવવો જોઈયે; અને એવી મતલબથી બચાંને નહવાડીને તરત ગોલ પાણી પાચેછે. ગોલમાં પેટ લાવવાનો ગુણુછે અને તે તરતનાં જનમેલાં બચાંમાં વગર અવગુણુ કરવે પેટ લાવેછે. પણ એ ગોલ પાણી પાવાની કાંઈ જરૂર નથી. ખોદાએ બચાંને આ ફુનીયામાં મેલીયું તે કાંઈ પેહેલેથીજ દવા આશડ લેવાને કીજો મોકલીયું નથી. જો પેટ આવવાની જરૂરછે, તો ખોદા પોતે તેનો ઉપાયે મુકીયા વગર રહેતો નથી. માએનું પેહેલ વેહેલાં કુધમાં જોલાબ લાવવાની જાત ખુબીછે; એ કુધ જો બચાંને ધવાડીયું હોયેતો બચાંને પેટ આવીયા વગર રહેતું નથી અને ગોલ પાણીની કાંઈ પણ જરૂર પડતી નથી. પણ આપણા લોકો એ કુધની ખુબીથી અંજાણાછે. વલી કેટલીએક પેહેલ વેહેલાં બચાંની માએને બચાંને તરત ધવાડતાં આવડતું નથી; ધણી વેલા ધવાડવાની કોશેશ અને ધીરજથી તદ્દન અંજાણા હોયેછે તેથી બચાંને પેહેલ વેહેલાં કુધનો લાભ મલતોજ નથી. કદાચ એજ કારણોને લીધે અને સઘલી કરાકુટ માહેથી દુર રહેવાને કીજો ગોલ પાણી પાવાનો ઉપાયે સોધી કાઢાડીયો હશે. પણ એ રીત ઘણીજ ધીકારવા જોગાછે. કેટલીએક માએ પેહેલાંજે તરણ દાહાડા ધવાડવાની બરાબર કોશેશ કરતાંજ નથી; પણ તેથી તેઓને પોતાનેજ અવગુણુ થાયેછે. જો બચાંને તરત વેલા કાચેદો કરનાઈ કુધ થાનમાં રહી જાયેછે અને તેથી માએ હેરાન રહેછે; તેથી એક પીદા એ થાયેછે કે કુધ પછ વાડેથી મનમાનતું નીકલતું નથી; બચું પુરતું કુધ વગર તવલીયા ક રેછે અને આયા અને એવી બીજી કરાકુટમાં પડવું પડેછે.

શી૦—પણ ડાકટર, તમે એમ વીચારોછો કે માએ તરત પોતે ધવાડવું જોઈયે. ગમે તે હોવો પણ માએને થાક અહડીયા વગર

હોતો નથી અને તે ધવાડવાને અશક્ત હોય છે. એ વેલાએ શું કરવું વાઝ ?

૬૧૦—તમે મને બરાબર સમજાયાં નથી. હું કાંઈ એમ નથી કે હોતો કે માએ તરત બચાંને ધવાડવું જોઈયે. જેમ બચાંને થાક ચહો છે, તેમ માએને પણ ચહો છે અને બેઉ જાણને ચાર પાંચ કલાક લગી થાક લેવાતી જરૂર છે. બચાંને કાંઈ તરત માએનાં કુધની જરૂર નથી; અને બચાંને જાહાડો આવવાને પાંચ છ કલાક પણ નીકલી ગયા તો કાંઈ ફીકર નથી. જો માએ અને બચું ચાર પાંચ કલાક થાક લે છે, તો એક જાણ થાત આવવાને અને બીજું ધાવવાને શક્તીવાન થાય છે. જો એટલા વખતમાં કુધ આવે નહીં અથવા બચું ધાવવાને શક્તીવાન હોયે નહીં તો બીજા ચાર કલાક સંચુર કરવું, તેમાં કાંઈ અડચણ નથી; અને તે પછી પણ જો માએ ધવાડવાને અથવા બચું થાત ખેંચવાને અશક્ત હોયે તો પછી ગોલ પાણી આપવામાં કાંઈ અડચણ નથી; પણ ખુબ ઘેયાનમાં રાખવું જો ગોલ પાણી માએના કુધનું કામ પુરતી રીતે કરી શકતું નથી; નાચારીએ જ એ ઉપાયે કરવો. જો ગોલ પાણીથી બી પેટ આવે નહીં, તો એક અરધી ચમચી એરંડીયું તેલ ચટાડવું; તેથી ખોલાસેથી પેટ આવશે. જો બચું હજુર ધાવવાને અશક્ત હોયે તો માએનું કુધ હથીયાર વતી ખેંચી કાહાડવાની જરૂર છે.

વાઝ, બેહેનો, હવે વખત થઈ ગયો છે. ફરીથી જારે મલશું તારે વધારે એ બાબદ વીશે વાત કરશું.

પરચુટણ.

MISCELLANEOUS.

મુંબઈમાં મરણ—ગયા એપ્રિલ મહીનાની શરૂઆતથી તે જીનની આખેરી સુધીમાં ૪૮૭૧ મરણ થયાં હતાં. ગયા વરસના એજ મહીનાઓ કરતાં ૭૪૨ મરણ વધુ થયાં હતાં, પણ આગલા તરણ મહીના કરતાં ૧૭ ઓછાં હતાં. સહીયેડ અને કોલારાનું જોર કમતી હતું.

એક તનદરોસત બચાનું ચીતર—તનદરોસત બચું કીધું કેહેવાયે ? ઘણુંજ દોગું બચું જોઇને એક જણ કેહશે કે વાહા ! આ કેવું તનદરોસત બચુંછે; ખીજો જણ એક બચાને ઘણું ખાતાં જોઇને કેહશે કે તે તનદરોસત કાંયે નહી હોયે; તરીજો જણ બચાને જલદીથી ચાલતાં જોઇને કેહશે કે તે તનદરોસત હોવુંજ જોઇયે. એ પરમાણે લોકોમાં બચાંની તનદરોસતી વીશે તરેહવાર વીચારો હોયેછે; પણ એ વીચારો વારેઘડીએ ભુલ ભરેલા હોયે છે. ઘણા મા આપ બચાંને રમવા, દોડવા, ફરવા દેતાં નથી, કે રખેને તે પડીને બદનને નુકસાની કરે, અને જો તેને રમવા મુકેછેતો ચાર પાંચ માણસો તેની આસપાસ ભમેછે અને જરા જરામાં તેને રમતમાં અટકાવ કરેછે. એક તનદરોસત બચાનું બદન મક્કમ અને સીધું હોયેછે અને બદન ઉપર માસ એકસરખું ફરી વલેલું હોયેછે; માસ જોરાવર હોયેછે, તેની ઉપર ચર ખીનો જથો હોતો નહી, કે નહી તેથી ઉલટું તવાયેલું સોહોરાઈ ગયેલું હોતું. ચામડી નરમ અને ખુસનુમાં અને ચેહરો ચાલાક અને ગોલાખી હોયેછે. તનદરોસત બચાંના બદનની વધ નહી જલદીથી ધયા નહી હલવેથી થતી પણ સઘલું સમતોલ પરમાણે ચાલીધું જાયેછે; દાંત વખતસરજ દેખાયેછે, અને નહી ઉતાવળેથી કે નહી ઘણું મોડેથી ચાલવા અથવા ખોલવા સીખવું, કે નહી ઘણું જલદીથી અક્કલ હોશીયારી પકડવું. જે બચું જલદીથી મનશક્તી ધરાવેછે તે ઘણું લગી જીવી શકતું નથી અથવા પછવાડેથી ઉલટું ખોડે અને છે. મન કરતાં તનની વધ અને શક્તી બચામા વધુ હોવી જોઇયે. જે બચાંની વધ ધારા પરમાણે હોયેછે તે તનમાં જોરાવર થાયેછે, તેની ઉપર દરદ જલદીથી ગલખો કરી શકતાં નથી; તેનું મન આસતે આસતે જોરાવર થાયેછે. એક માણસ પોતાના મા આપને કેયારે દોવા દેછે ! જારે તે એમ સમજેછે કે “મારા મા આપના પેયાર અને દુરઅંદેશીને લીધે આજે હું અછી તન દરોસતી ભોગવું છું.” અને એજ આશીરવાદને લીધે તે પોતાના મા આપને હમેશાં ચાહેછે અને આદરમાન આપેછે. મા આપે પોતાના બચાંને તનદરોસત રાખવાને માટે કોશિશ કરવી જરૂરછે; પણ કેટલા બચાંને આપણે મા આપની ભુલ અને અંજાણપણાને લીધે દરદી જોઇયેછ !

દારૂ અને પાણી પીનાર વચે તફાવત—ડાકટર જહાનસન પાણી પીનારને માટે કેહેછે, કે તે પોતાની જીંદગી નહી ઘણી ઉલટમાં કે નહી ઘણી ઉદાસમાં ગુજરતો, કે નહી દરદો તેની ઉપર ગલખો કરતાં, પણ તે શાંતપણાથી જીવેછે. દારૂ પીનારનો વખત, પણ ઘણોજ ટુક વખત ખુશીમાં જાયેછે પણ લાંબો વખત ઉદાસીમાં કાઢાડેછે; તેની ઉપર દરદ જલદીથી લાગુ પડેછે.

તનદરોસતીને અસલના ધુનાની લોકોએ એક દેવીનું રૂપ આપ્યું હતું

અને તેને ગાદેશ હાઈજીયા કરીને કેહેતા હતા. જંગલમાં પાહાડની બાજુ ઉપરની લીલાતરી બરેલી જગા જેની પાસેથી એક ખુશનુમાં જહરો પમાર થતો હોયે અને જાંહાં પસચીમ અને દક્ષીણ તરફનો એઓ પવન ફુકતો હોયે એવી જગાને એ દેવીનું રહેઠાણ કરીને ગણતા હતા. તેને કાંધ લોહીનો ભોગ આપતા નહી હતા, ધંઆ તેની આગલ ખુશબો ખાલતા નહી હતા, પણ તેની આગલ ફુલ પાંથરતા હતા; અને તેહવારની વખતે ભરવાડો ગાયણ ગાતા હતા અને ગામડાંની કુમારી છોકરીઓ નાચ કરતાં હતાં. શહેરોમાં એ દેવીને માટે દેવલો બાંધેલાં હતાં, અને કસરતશાલાઓમાં અને જાહેર અખાડાઓમાં એ દેવીને આરાધતા હતા.

ગલીચ હુવા—તરાટર કહી ગયોછે કે “જે લોકો માઠી ક્ષતોમાં જમકે નાટકશાલા અથવા નાચની મીજલશમાં જાયેછે, તેઓએ જાણવું કે એક વખત દમમાં જઈને પાછી આવેલી હવાનો ફરીથી દમ લેવો ધણુંજ મુકસાનકારક છે. એ રીત સાથે સરખાવતાં એકજ વાસન માહેથી પીવામાં માઠી સલીયતાછે.

તપકીર સુંધનારને સુચના—ડાકટર રૂશ કેહેછે, કે એક ધરસધને ધણું સુધી પેટમાં દરદ થતું હતું, તેની સુખ મરી ગઈ હતી અને તે દુખલો થઈ ગયો હતો. જરે સધલા ઉપાયો ફાકટ ગયા તારે મારા ઘેવાનમાં આવીશું કે એ તપકીર ઘણી સુંધેછે અને તે પેટમાં જઈને ધજ્જ કરેછે; અને તે લેવાની બંધ કરવાને મેં બલામણ કીધી. તે પરમાણે તેણે કીધું અને જલદીથી સુધરતો ગયો.

બચાંના દરદ—મા બાપની ફરજછે કે બચું આજારી નહી પડે તેની સંભાલ લેવી, પણ જેવું બચું આજારી પડીશું એટલે ડાકટરની સલાહ લેવી; કાંયકે બચાંનું દરદ ખેમાલમ જલદીથી વધી પડેછે અને જો સલાહ લેવામાં ઠીલ પડેછે, તો બચાંના જાન ધાસતીમાં આવી પડેછે. એટલા માટે કદી પણ બચાંને માટે ધરનાં ધુતારા ઉપર વીસવાસ રાખવો નહી.

તંનદશેસતા.

અકટોબર ૧૮૬૯.

મુંબઈ શેહેરનાં બજાર.

MARKET-PLACES IN BOMBAY

મુંબઈ શેહેરમાં એક બીજી માઠો દેખાવ આપનારી ચીજ તાંદુનાં બજારની હાલત છે. બજાર ખે જાતના જોવામાં આવે છે, જાહેર અને ખાનગી. ૧૮૬૪ માં ૧૦ જાહેર અને ૧૦ ખાનગી બજાર મુંબઈના જુદા જુદા ભાગોમાં હતાં. હાલ ૮ જાહેર અથવા મીયુની સીપલ અને ૧૭ ખાનગી બજારો છે. આજ ખે તરણ વરસમાં બજારોની હાલત બદલાઈ ગઈ છે; તોયપણ ખાનગી બજારો જોવાંને તેવાં રહી ગયાં છે. પેહેલાં કેટલાંએક જાહેર બજારો વસતીની વચોવચ હતાં, તે કાહાડી નાખીને હાલ મેદાનની ખોલી જગામાં બનાવવામાં આવીયાં છે; અને હાલ કેટલીએક જગા ઉપર બીજાં બજારો બંધાયે છે.

આજ ખે તરણ વરસ ઉપરના જાહેર બજારોની હાલત અને આજના ખાનગી બજારોની હાલત એક સરખી જોવામાં આવે છે. ધીરે વસતીની વચોવચ, રેહેવાના ઘરોની વચોવચ, એક સાંકડી અને તાંદુનાં જગામાં પુશકલ લોકો વેચવાનો સામાણ લાવીને ખીચોખીચ ખેસે છે. એક બાજુ ઉપર ખાટકીઓ, બીજીગમ માછીઓ, તરીજ ગમ લાજપાલા અને તરકારી વેચનાર સઘલી જગા ભરી નાખે છે; ઘણી વેલા ખાટકીઓને અંદર જગા મલતી નથી તારે આસપાસના ઘરોના ઓટલાઓ ઉપર ફુકાન માંડે છે; ફરૂટ વેચનારનો પણ થાગ તાંદુન લાગે છે. એ પરમાંજો નાહાની હલાપેદી જગા અને આસપાસના દશબાર ઘરના ઓટલા મલીને આજનું મુંબઈ શેહેરનું ખાન

ગી બજાર થાયેછે. એ બજારો એવાંતો ગલીય રાખવામાં આવેછે, કે રાત દાહાડો તાંહાંથી બદળો નીકલીયા કરેછે અને આસપાશના લોકોની તનદરોસતીમાં ઘણો બીગાડો કરેછે.

માતરે બે વરસ થયાં ધીમ વસતી માહેથી મોટાં જાહેર બજારો કાહાડી નાખીને મેદાનને નાકે મોટી કોશાદે જગા ઉપર બાંધવામાં આવીયાંછે. એક મોટી ઈમારત ગયે મહીનેજ તઈયાર થઈછે અને તાંહાં સઘલી તરેહનો ભાજી તરકારી, ફુલ, ફરૂટ માતરે વેચવામાં આ વેછે; મતન અને બીકને માટે બીજી બે હલાયેલી જગા બાંધીછે. એ ઈમારત ઘણીજ ખુબસુરત નકસીદાર બાંધવામાં આવીછે અને ખરેખર મુંબઈ જેવાં શેઠેરને જેમ આપેછે.

અરસકીન રોડ આગલ એક બીજી મોટી બજાર બાંધીછે. પણ તે વસતીની વચે આવીછે. મુંબઈ શેઠેરની અસલથી બાંધણી એટલીતો ખરાબ રીતે રચવામાં આવીછે, કે બજાર જેવો ચીજ જે લોકોને સવલ પડતી જગા ઉપર આવવી જોઈયે, તે હાલના સુધરતા વખતમાં ધીમ વસતીમાં આવીયા વગર બનતું નથી.

ખાનગી બજારો ઉપર જોકે મીયુનીસીપલ ખાતાંના લોકોનું ઉપરીપણુંછે તોયપણુ તે ઘણીજ માંડી હાલતમાં રેહેછે. એ બજારો કાહાડી નાખવાં જોઈયે અને મીયુનીસીપલ ખાતાં તરફથી લોકોના સવલ સુખને માટે સારા પાયા ઉપર કોશાદે બજારો બાંધવાં જોઈયે. દરેક બજારની આસપાસના ઘરો ઉપર હાલ જે ખાટકીની તથા તરકારી ફરૂટ વેચનારની દુકાંનો માંડવામાં આવેછે તેનો તરત અટકાવ કરવાની જરૂરછે. ઘરવાલાઓ ભાડુતોની કાંઈ પણ સગવડ સુખની દરકાર કરતા નથી, પણ જેમ બનેછે તેમ જ જગા ખાલી માલમ પડેછે તે ભાડાં ઉપજાવા ખાતર બજાર માંડવાને માટે આપી દેછે. સરકાર તરફથી એ વીશેનો બંદોબસત થવો જરૂરછે.

જુના સુનાપુરના રસતા ઉપર તરીનીટીયાપલ નામનું દેવલછે, તેની સામણે ધીમ વસતીની અંદર એક બજાર આવેલુંછે. એ બજારની હાલત એટલીતો ખરાબછે અને તાંહાંથી એટલોતો બદળો નીકલેછે કે રાતની વેલા તે તરફથી પસાર થવું મુશકેલછે. જારે મુંબઈ જેવાં સુધરતાં અને વેપારી શેઠેરમાં એક તરફ એક ઘણુંજ સુંદર દેખાવનું બજાર બાંધવામાં આવે (કદાચ આખા હીંદુસ્થાનમાં એવું

સું ગમેછે ? તનદરોસતી કે દોલત ?

બજાર હોશે નહીં) તારે તે શેહેરનાજ બીજા ભાગ ઉપર કમકમાત ઉ પળવે એવું બીજું બજાર દેખાવ દે, એ મુંબઈ શેહેરને કદી પણ જોય આપે નહીં. અન્ય જવું એછે જે તેની સામજીનું દેવલ અને તેની પાસેની ઈસકોલ હજુર સુધી ચાલીયા કરેછે; વધારે અન્ય એછે જે એ બજાર હજુર સુધી એ દેવલ અને ઈસકોલની સામજી ટકી રહીયુંછે.

શું ગમેછે ? તનદરોસતી કે દોલત ?



WHICH IS PREFERABLE? HEALTH OR RICHES?

જારે આપણે ફુનીઆની આસપાસ નજર કરીયેછ તારે સઘલા લોકોની મતલબ એકજ તરફ ખેંચાયેલી માલમ પડેછે, તે એકે જમ અને તેમ પછસો એકઠો કરવો. પછસો શા માટે એકઠો કરવા માંગેછે ? કે જમ અને તેમ જલદીથી ફુનીયાની મેહેનત મજુરી માહેથી ફારેગ થા ઇને આરામ એનમાં દાહાડા કાહાડે. પણ પછસો કેટલો એકઠો કરવો કે જથી એ મતલબો હાંસલ થાયે ? એ વીશે લોકો વખત પરમાણે તરેહવાર વીચાર રાખેછે. પેહેલાં વીચાર કરેછે કે જો હું આટલો પ ઇસો એકઠો કરૂંતો પછી મેહેનત સુકી દેઈને મોજ મજાહમાં ફરૂં; પણ જમ પછસો એકઠો થાયેછે તેમ તેની હાજતો વધતી જાયેછે અને તે થી તેના વીચાર બદલાયેછે કે એટલો પછસો મોજ મજાહને માટે બસ થાયે નહીં; વલી જારે પછસો એકઠો કરવાનો વખતછે તેટલાં જેટલો બને તેટલો કરી કાંયે નહીં લે, એવા વીચારમાં પડેછે, આખી જીંદગી મેહેનતમાં પુરી કરીયો જાયેછે અને જે મતલબ આહેશ પેહેલાં રાખે છે તે ફુનીયાની લાલચથી હાંસેલ થતી નથી. ઘણી વેલા પછસા છતાં દુખ દરદમાં દાહાડા કાહાડેછે અને જારે આ ફુનીયામાં રહેવાનો અંત આવેછે તારે કેટલું એકઠું કીધું તેના ખેયાલમાંજ માતરે મનને મઘન કરીને સઘલી દોલત બીજાંઓને સોફી જાયેછે. બીચારો સુખ જોયા વગર ચાલતો થયો ! પછસો એકઠો કરવાને શું શું ફાંફાંઓમાં પડીયો હતો. ગામડાંમાં જાંહાં બચપણથી તે જીવાનીનાં વખત સુધી ફાંઈપણ થોડી મેહેનતે શુખમાં દાહાડા કાહાડતો હતો, જે તને જોરા વર અને દરસત; નહીં ચીંતા કે ફીકર; જે કોઈ દાહાડે દરદ શુંછે તે જાણે નહીં; તેને લોકોની દેખાદેખીથી શેહેરમાં જઈને પછસા એક

ઠા કરવાની અને પોતાની હાલની મોજને મજાહમાં વધારો કરવાની હોંશ થઈ. શેહેરમાં આવીને તે મેહેનતમાં પડીયો; વેપાર વનજમાં ધુ તાયો, વાંહાંણો માંડીયાં, ફરદેશથી માલ મતા મંગાવીયા અથવા બી જે દેશ માલ મોકલીયા, હાથ તલે હજારો માણસો કાંમે લગાડીયાં, પુ શકલ પઈસા પેદા કીધા અને જેમ પઈસા એકઠા થયા તેમ તે મધન થયો; પણ તેનું આગલું સઘલું મન અને તનનું સુખ ગયું; તેનું ત ન જે આગલ જોરાવર તે હવે ફુલ્લું થતું ગયું; જોકે જાડું વસતર તથા જાડો રોટલો બદલાઈ ગયો અને બારીક વસતર અને મેડાનો રોટલો ખાધો પણ તેની લુખ અસલના જેવી નહીં હતી; તાહાડ ત ડકું જે શખસ ઉપર અસર નહીં કરે તે હવે જરા જરામાં બીહીકણો થતો ગયો; જરા જરામાં આજારી પડીયો, ગામડાંમાં કોઈ વઈદને તાં હાં ગયેલો નહીં તેને તાંહાં મોટા ડાકટરો ભલકાબંદ તેને દરવાજે હમેશાં માલમ પડતા હતા. જે આગલ ચીંતા શું તે સમજે નહીં તે હવે પઈસા સુધાં મોટી ફીકરમાં અને જંજાલમાં આવી પડીયો અને પો તાના જીવાનીના દાહાડાને યાદ કરવા લાગો; પણ તેને પઈસાની લાલમ ગઈ નહીં તેથી તે મેહેનત મંજુરીમાં દાહાડા કાહાડતો ગયો. પુશકલ પઈસાતો પેદા કીધા, પણ તેના હાલું શું થયા. તે દરમાં બેસીનેજ કામકાજ કરમાવા લાગો, પુશકલ માણસો તેની આકરીમાં રહેયાં, પોતાથી કાંઈ બની યું નહીં તેથી બીજાંને સોંકતો ગયો. આજેતો વાએ પગ અપટકી ગયા, કાલેતો સેકને લીવરકંમપલેનટ થઈ આવીયું, પરમ દાહાડે ગાઉટ થયો, એથે દાહાડે હારતદીજીજ થયું, એવા એવા નવા નવા અખંતરા તેના બદન ઉપર થતા ગયા અને છેલે ટુક જંદગીમાં તેના દાહાડા આખેર થયા.

એ પરમાણે શેહેરમાં આવીને દોલત સોધનારના દર સો માણસ માહેથી એકના એવા હાલ થાયેછે, બાકીના ૯૯ જાણુ દોલત સોધવા આવનારા જેહેમત, મજુરી, દલદેસરી, સંતાપ, દારૂ અને ખરાબ લખમાં પડીને થોડી સુદતમાં પોતાના દાહાડા આખેર કરેછે.

એ પરમાણે એક શેહેરમાં વેપાર વનજ, રોજગાર, ધામધુમ, સુધારો, મોટી હવેલી, દારખાંનાં, તંકસાલ, બેંક, ઈતીયાદી સુધાં બીજા હાથ ઉપર પુશકલ ગરીબાઈ, દલદરી, ગલીઆઈ, દરદ, અને ટુક જંદગી જોવામાં આવેછે, અને એવા દોલતમંદ શેહેરથી લોકોને શું કામે દો થયો ?

એક ગામડાંનું ચીતર જીવો. સઘલો લોક ગરીબ, પણ સઘલા લોકો તને ભેરાવર; મેહેનત નેટલું ખાવાનું મલે અને ખાવા નેટલી મેહેનત કરે; જાડો રોટલો પણ વગર ફીકર ચીંતાએ જમે; ઝહરાનું ચોખ્ખું પાણી પીયે, ચોખ્ખી હવા દમમાં લે; તડકું ખમી જાણે તેમ થંડી ખમી જાણે; રાતરે જલદીથી ઉંઘાયે, આખી રાત ઉંઘાયે અને સકારે ઉઠે; હસતો ચેહેરો, રમતું બદન, સાફ હથું, મનથી સુખી, લાંબી જીંદગી.

હવે શેહેરનું ચીતર જીવો. સાંકડી જગા; ગલીએ હવા; ખારણાની ખાહેર ગલીએ; રસતામાં ગલીએ; કામની જગા ઉપર ગલીએ; ધુમાડો; વાસ; ગલીએ પાણી; થોડું પાણી; નરમ રોટલી પણ કલેજમાં ધાસતી; મન ભમતું; ફીકર, ચીંતા; નરમ સુવાલા કપડાં પણ જરા જરામાં થંડી વાગે અને જરા જરામાં તડકો લાગી જાયે; મોડી ઉંઘ, થોડી ઉંઘ, ઉંઘ માહેથી ઝપકીને ઉઠે; કરમાયેલો ચેહેરો, સુસત બદન, હથું કાલું; મનથી દુખી અને ટુક જીંદગી.

ગરીબ બીચારો બાપડો ! ગામડેથી નીકલીને વધારે સુખ મોજ મજાહ કરવાને માટે શેહેરમાં પધસા મેલવવા આવીયો; પધસાતો મેલવીયા પણ સુખ મોજ મજાહા ભેઈ નહી; હા, મોટી હવેલીમાં રહેયા, સુંદર ખાંણું પકવાન જમીયા, વારીવંતરે ગયા, ઉંચી જાતના શરાબ પીધા; લોકો જાણે સેઠ મોજ મજાહ કરેછે; પણ ખરેખર હાલ ત શું થઈ ? સેઠ એક માઈલ ચાલે એટલે હાંફવા મંડી જાયે ! કાંયે ? પધસો મેલવીયો તેથી ઉંચાં પકવાનો ખાંધાં અને ઉંચી જાતના શરાબ પીધા, ગાડી ઘોડે ફરીયા; તેથી જ આગલ મનખુત સીધું બાવરની ગાંઠ નેવું બદન હતું, તે હવે કુલાઈ ગયું, સઘલી તરફ ચરબી ફરી વલી; પગે, જાંઘે, ચરબી તે કાંઠાંથી હીલાયે ચલાયે; ગરડને ચરબી, પેટે ચરબી તે કાંઠાંથી વાંકું ટીકું થવાઈ શકાયે; લીવર (કલેજા) ઉપર ચરબી તે ખોરાક કાંઠાંથી પચે; હારટ (દીલ) ઉપર ચરબી તે કાંઠાંથી મંજલ કરી શકે; સઘલે આંગે ચરબી ચરબી તેથી નહી હીલાયે, ચલાયે કે દમ લેવાયે; ડાક્ટર આવીયા. તપાસોનો સેઠને શું દરદ થયુંછે ? હારટ ઉપર ચરબી ફરી વલીછે તેથી જ સેઠ જરા ભેરથી હીલસે ચાલશેતો બેસુધ થઈ જશે; વલી તે સાથે સેઠની ગરડન ઉપર ચરબી ફરી વલીછે તેથી એવનને આ પોપલેખસી (માથે લોહી ચહડવા)

તી ધાસતીછે; એવું લાગેછે કે સેઠને થોડા વખતમાં ગાઉટ (નબલો) થઈ આવશે. સેઠનો જાન ઘણો ધાસતીમાંછે. એવનની ઉમર કેટલી ? માતરે ૪૦ વરસ; બસ ! એ સઘણું ખોટો મોજ મજાહથી થયુંછે. હા, સેઠ પણ પોતે વારંધડીએ બોલેછે, કે “જારે હું ગામડે હતો તારે પઈસા નહીં હતા પણ કેવો સુખી હતો, કોઈ દાહાડે એક કુલી પણ થયેલી નહીં અને હવે પઈસા સાથે હું કેવો કુખી છું. મારું દરદ કોઈ સારું કરેતો મારી અરધી અરધ દોલત આપી દેઉં.” પણ સેઠ પોતાને હાથેજ પીડા કીધી; હવે ઉપાયે રહેયો નહીં અને ટુક જીંદગી માં ચાલતા થયા.

એવા દાખલાં આપણે કેટલા જોઈએછ અને કેટલા સાંભળીએછ. તોપણ એવા માણસોની દોલત જોઈને કેટલા મનમાં બલેછે અને પોતાનાં જીવને કહુવા દેછે જ આપણે મારે આ દુનીયામાં ઢકેલા ને મજુરી લખી આપીછે કે શું ? આપણી પાસે કેયારે દોલત એક ઠી થાયેતો મોજ મજાહ અને અમન અમન કરીયે. પણ કોઈ પણ પઈસાવાલો પોતે પોતાને સુખી કેહેતો હાથે એવું આપણે કદાચ જોઈએછ. આપણા માતબર અને તેઓના છોકરાઓ તરફ જીવો. કેવા કુખલા, મરી ચરી રહેલા, અથવા ફરબે દફલ જેવા, જરા કામ કરે તો થાકી જાયે, જરા ચાલેતો હાંફી જાયે, બાલ ઉપર પોમેતમ અને ગળવામાં અતર, પણ મોહોડું વાસ મારે, જરા જરામાં બેહુબીયતી થાયે, પેટ આવી જાયે ધતીયાદી.

એક ગરીબ ગામડીયાને જીવો. કેવો સહુવારના પોહોરમાં સકા રે ઉઠેછે; જડકથી તરણ ચાર માઇલ ચાલીને કામ ઉપર જાયેછે. બપોર લગી કામ કરેછે, પછી જાડો રોટલો અને ચતની ખાયેછે; ફરીથી કામે વલગેછે; રાતરે ઘરે આવેછે, મજાહથી ઉંઘ કાહાડેછે અને પાછો સહુવારે કામ કરવાને તઈયાર રેહેછે. તેનું તન કેવું જોરાવર છે; તેને થાક શુંછે તે માલમ પડતી નથી; રમતો રમતો, હસતો, ગીત ગાતો કામ કરેછે. જાડો રોટલો ખાયેછે પણ બેહુબીઅતી શુંછે તે જાણતો નથી; દરદ શુંછે તે સમજતો નથી; લીવરકમપડેનટ ગાઉટ, હારટ દીઝીઝ સઘણું માતબરને સોફેછે.

માણસ આ દુનીયામાં મેહેનત કરવાને સરજાયુંછે. જો તે એમ સમજે કે જલદીથી પુશકલ પઈસા મેલવું અને પછી સુખ એન

ભોગવું, તો તેમાં તે લુલ કરેછે. જ્યેવું તે કામ કાજ મુકી દેછે, જે વો મોજ મજાહમાં પડેછે, એટલે તે તન વ્યને મનથી કુખી થાયેછે વ્યને તેના આવરદા જલદીથી ટુકા થાયેછે.

પધસા મેલવવા કાંઈ ધીકારવા જોગ નથી. પધસો જો બરાબર વાપડીયો હોયેતો સુખ એન મલીયા વગર રેહેતું નથી ખોદા માણસને પધસા આપેછે તે એટલા માટે નહી કે તે આલશું થઈને મેહેનત કરવાની મુકી દે. માણસની આ કુનીયામાં જમ બને તેમ લાંબી ઉમર લગી જીવવાની હોંશ હોયેછે; ગમે તેવો ગરીબ હોશે જોને કુનીયાની જાંજલી હશે, પણ તે કદી કુનીયા છોડીને જલદીથી કે ચ કરવાને આહાતો નથી. ગરીબને કુનીયામાં લેહેજત આખરમાં, નેકીમાં વ્યને એક મેકને બનતી મદદ કરવામાં મલેછે. માતબરની લેહેજત પણ તેજછે, પણ તે પોતાના પધસાથી મદદ કરી શકેછે. જે ઉની મતલબ એક સરખીછે વ્યને જેઉ તેમાં લેહેજત મેલવેછે. જમ માતબર પોતાના પધસામાં સુખ ગણેછે, તેમ ગરીબ પોતાના તન વ્યને મનના કુવતમાં સુખ સમજેછે.

પણ ખરેખર તન વ્યને મનથી સુખી હાલ કોણ માલમ પડેછે ? માતબર પોતાના પધસાથી પોતાના તન વ્યને મનને બીગાડી નાખે છે વ્યને તેથી તે હુમેશનો કુખી રેહેછે. ગરીબને પોતાનું તન બીગાડવાને કાંઈ લાલચ મલતી નથી, કુદરતી કાયેદાવ્યોને આપોઆપ તે માન આપેછે વ્યને તેથી તે તન વ્યને મનથી સુખી રેહેછે.

શું ગમેછે ? દોલત કે તનદરોસતી ? તનદરોસતી સાથે દોલત હોયે તો બહુ પસંદ કરવા જોગછે. પણ જો એવું હોયે કે દોલત મલીયાથી તનદરોસતી ઘટેતો જેહેતર એછેકે દોલતને આગ લગાડી દે. તન વ્યને મનના સુખ વગર દોલત શું કામની ? તનદરોસત ગરીબાઈ કુખી માતબરી કરતાં વધારે પસંદ કરવા જોગછે.

જીંદગી લાંબી રાખવાની કલા.



માણસની જીંદગીનો આધાર.

ART OF PROLONGING LIFE.

LENGTH OF HUMAN LIFE.

માણસની જીંદગીની લંબાઈ ઘણા કારણો ઉપર આધાર રાખે છે, અને આગલા આંકોમાં જે કારણો સમજાવીયાં તે ઉપરથી આની એ પરમાણુનો સાર નીકલે છે.

૧ જી. આગલના વખત કરતાં હાલ માણસની જીંદગી ટુકી થઈ નથી, પણ એટલું ખરું છે કે જારે માણસ જંગલી હાલતમાં હોય છે, સાદા અને મેહેનતુ, ખોલી હવામાં ફરનારા, જેમકે ભરવાડ, શેકારી, કુંનબી, તારે તેઓ લાંબી ઉમરે પુગે છે. પણ જેમ માણસ કુદરતને ધીકારીને મોજ મજાહ, નાજુકાઈ અને દેખઈતો સુધારો કરવા મંદી જાય છે, તારે તેઓની જીંદગી ટુકી થાય છે.

૨ જી. ગમે તેવું થંડું અથવા ગરમ મુલુક હોય પણ સઘલે કે કાણે માણસ લાંબી ઉમરે પુગી શકે છે. ફરક એટલો રહે છે કે એક ગમ બીજાં કરતાં વધું ઓછું હોય છે.

૩ જી. જે મુલુકોમાં મરણ ઘણું નીપજે છે તાંહાં અન્ય જગ્યાએ છે કે જુદાં માણસો ઘણું મલી આવે છે. જેમકે, જે કે પુરવ તરફ ના ચીન, હીંદુસ્થાન ઈતીયાદી ગરમ મુલુકોમાં મરણ થોડાં હોય છે અને તેથી વસતી અતીઘણી વધે છે તોયપણ થંડાં મુલુકો કે જાંહાં ખમણમાં મરણ પુશકલ થાય છે, તાંહાંનાં કરતાં જુદાં માણસો થોડાંજ મલી આવશે.

૪ જી. હંચી જગાની હવા નીચી જગાના કરતાં વધારે ઓખી હોય છે, તોયપણ તાંહાં ઘણું જુદાં માણસો મલી આવતાં નથી. જે કે યુરોપખંડમાં સવીટઝરલંડ દેશની જગા સહી હંચી છે તાંહાં લાંબી ઉમરના માણસો ઘણાંજ થોડાં જણાયેલાં છે, અને તે બે કારણને લીધે હોય છે; પેહેલું, ઘણી હંચી જગાની હવા જે કે ઘણી ઓખી છે, તેમ વલી ઘણી સુકી અને પાટલી હોય છે અને તેથી માણસના બદનનો

અપ વધુ જલદીથી થાયેછે. બીજું, તાંહાંની હવાની ગરમી એકસરખી રહેતી નથી; થંડી તેમ ગરમી વાપતવારે નથી લાગતી, અને જે જગાની હવાની ગરમી જરાજરામાં બદલાઈ જાયે તાંહાં તબીયેતદરસત રહેવી મુશ્કેલછે.

૫ મું. ગરમ મુલુકો કરતાં થંડાં મુલુકોમાં માણસો બુઢાં વધારે થાયેછે. ગરમ મુલુકોમાં માણસની જીવ શક્તીનો અપ વધારે થાયેછે, કે જે થંડાં મુલુકમાં થતો નથી. પણ ઘણાં થંડાં મુલુકમાં જાંદગીની લાંબાઈ ટુકી હોયેછે.

૬ ઠું. જે જગાની આબોહવા ગરમી અને વજનમાં સાંત હોયેછે તાંહાંના લોકોની જાંદગી લાંબી રહેછે. જે દેશોમાં જરા જરામાં હવાની ગરમી બદલાઈ જાયે અને જાંહાં બરામીટરમાં ફેરફાર જલદીથી થાયે તાંહાંના લોકોની જાંદગી લાંબી થઈ શકતી નથી. એવાં દેશો ત નદરોસત પણ હોયે અને તાંહાં માણસો બુઢાં પણ થાયે, પણ તેઓ ઘણી લાંબી ઉમરે પુગવાને કઠીણુછે કાંયેકે સઘલી જાતના જડકથી થતા ફેરફાર જીવ શક્તીનો અપ ઘણી જડકથી કરી નાખેછે. જરમની દેશની આબોહવા એવીછે કે એક દાહાડાના અરસામાં ઘણોજ કકરતી થંડી તેમ વલી ઘણી નહીં ખમાએ એવી ગરમી પડેછે; જાંહાં મારમ મહીનામાં ઘણોજ ગરમી અને મેએ મહીનામાં બરફ બંધાયેછે. એવી રીતની ફેરફાર થતી આબોહવાને લીધે જોકે જરમની દેશ બીજી રીતે ઘણું તનદરોસતછે તોય પણ તાંહાંના લોકો ઘણી લાંબી ઉમર લગી જીવી શકતાં નથી.

૭ મું. દેશની હવામાં ઘણો ભીનાસ હોવાથી તેમ વલી ઘણી સુકી હવાથી તાંહાંના લોકોની જાંદગી લાંબી થઈ શકતી નથી. સમાધાન ભીનાસથી જાંદગી લાંબી થઈ શકેછે. હવામાં ભીનાસ હોવાથી બદનનાં ભીનાસ ઉપર અસર થઈ શકતી નથી, અને તેથી અપ થોડો થાયેછે. સુકી હવા બદનનાં પાણીને ચુસી લેછે, બદનને સુકું કરી નાખેછે અને તેથી બુઢાપણો જલદીથી આવેછે. ભીની હવાથી બદનનાં ભાગોમાં કુવત રહેછે. વલી ભીની હવામાં ગરમીનો ફેરફાર જલદીથી થતો નથી. વલી હવામાં ઘણો ભીનાસ હોવાથી બદનનાં ભાગોમાં મજબુતાઈ રહેતી નથી; તેઓ જાણે પાણીથી ભરેલા રહેછે અને તેથી કામ કરવામાં સુસત હોયેછે.

એજ કારણને માટે જે લોકો ટાપુમાં વસેછે, તેઓની જાંદગી લાં

બી હોયછે; જે લોકો ફરીયાદો દુર રેડેછે તેઓની જીંદગીમાં એટલો વધારો થતો નથી. સીરીયા કરતાં સાઈપરસ ટાપુમાં, ચીન કરતાં જે પાન અને ફારમોસા ટાપુઓમાં, એશીયાનાં દેશો કરતાં આરક્ષીપીલા ગોનાં ટાપુઓમાં, જરમની કરતાં ઇંગલેંડ અને દેનમારકમાં લોકો વધારે લાંબી ઉમરે પુગેલા માલમ પડીયાછે.

ખારાં પાણીથી જીંદગી લાંબી વધેછે અને તેના દાખલા આપણે ખલાસીઓમાં જોઈએ. મીથું પાણી જે થમ હોયછે તે માહેથી ખરાબ હવા નીકલીયાથી જીંદગીને નુકસાનકારકછે.

૮ મું. - દેશની જમીન ઉપર પણ જીંદગીની લંબાઈ આધાર રાખેછે; તેમા ભીની થંડી જગા એ બાબદમાં ઘણી નુકસાનકારકછે.

૯ મું. ઇંગલેંડ, ડેનમારક, સ્વીડન અને નારવેમાં માણસો લાંબી જીંદગી ભોગવેછે; અને એ જગાઓમાં ઉપલી જણાવેલાં સઘલી ખુબો વધુ અથવા ઓછો મલેલી હોયછે. પણ આબીસીનીઆ, વેસ્ટ-ઇન્ડીઅનાં થોડા ભાગમાં અને સુરોનામમાં માણસની જીંદગી ઘણી જ ટુંકી જણાયેલીછે.

૧૦ મું. જેમ માણસ કુદરતનાં ધારા પરમાંણે ચાલેછે તેમ તે વધારે લાંબી જીંદગી ભોગવેછે; જેમ તે કુદરતથી આડો ચાલેછે તેમ તેની જીંદગી કમતી થાયછે. એટલા માટે એકજ જગાનાં લોકો જાં હાંસુથી મધીયમપણે રેડેછે, જેમકે ભરવાડ અથવા શેકારો, તેમ તેઓ લાંબી ઉમરે પુગેછે; પણ જેવા તેઓ સુધારા કરવા ઉપર આવેછે અને તેથી મોજ મજાહ, અને બદ્દેલીમાં પડેછે તેમ તેઓની જીંદગી કમતી થતી જાયછે. એટલા માટે, મોટા તવંગર લોકો અથવા મોટી પરવા લાની ખાક ખાનારા મોટી ઉમરે પુગતા નથી; પણ ગામડીયા મજુરો, ખેડુતો, અને ખલાસીઓ કે જેઓ જીંદગી લાંબી રાખવાનાં ઉપાયો ઉપર કદાચજ ધેઆન આપેછે, તે લોકો લાંબી જીંદગી ભોગવેછે; અને તેઓમાંજ લાંબી ઉમરનાં દાખલાઓ જણાયેલાછે.

૧૧ મું. સઘલી રીતનું મધીયમપણું જીંદગીને લાંબી કરવાને મદદ આપેછે; દેશની આબોહવા અને હાલત, માણસની તનદરોસ તી, ખવાસ, મીજાજ, રોજગાર ધંધો, ઉલટ, ખોરાક ઇતીયાદી બાબદોનાં મધીયમપણામાં બુદ્ધિપણાનો સઘલો ભેદ રહેલોછે. એની હુદ્દી જે યાદે અથવા કમતર રેડેવામાં જીંદગીનો નાશ થાયછે.

૧૨ મું. એવું અનમાયેશથી માલમ પડીયું છે કે જે માણસો બુદ્ધિ યથાં હતાં તેઓ એકથી વધારે વખત અને ઘણું કરીને ઘણી મોટી ઉમરે પરણીયાં હતાં. કોઈ પણ કુમારો અથવા કુમારી મોટી ઉમરે પુગેલા હોયે એવો દાખલો જણાયેલો નથી. એક દીલાન ગેવીલ નામના ફ્રેન્ચને વાસતે કહે છે કે તેણે ૧૦ બાપેડી એકક પછી કીધી હતી. છેલી બાપેડી જરે તે ૯૯ વરસનો હતો તારે કીધો અને બે વરસ પછી તેણીને પેટે એક ફ્રેન્ચ થયું. તે ૧૧૦ મે વરસે મરણ પામીયો હતો.

૧૩ મું. મરદ કરતાં ઘણી ઓરત વધારે ઉમરે પુગે છે; પણ જે લોકો સઉથી લાંબી ઉમરે પુગા હતા તે સઘલા મરદ જ હતા. ઓરતનું બદન સમતોલ અને નરમ હોવાથી થોડો વખત સુધી તેને ટેકાવ મળે છે ખરો, પણ મરદ પોતાના જીરને લીધે ઘણી લાંબી ઉમરે પુગી શકે છે.

૧૪ મું. માણસની જીંદગીના પેહલો અરધો ભાગ જે મેહેનત, ઉદ્યોગમાં રહે છે અને બીજો અરધો ભાગ આશાયેસ અને સંતોશીમાં હોયે છે તે જીંદગી લાંબી થાયે છે; પણ આલસુ માણસ લાંબી ઉમરે પુગા હોયે એવો એક પણ દાખલો જણાયેલો નથી.

૧૫ મું. ઘણા ઉંચો અને પોશતીક ખોરાક અને હૃદયી ન્યાદે માસનો ખોરાક ખાધાથી જીંદગી લાંબી થતી નથી. જે લોકો સઉથી મોટી ઉંમરે પુગેલા જણાયેલા છે, તેઓ પોતાની જીવાની માહેથી જ ભા જીતકારી ઉપર રહેલા હતા અને કદી પણ માસને ચાખીયું પણ નહીં હતું.

૧૬ મું. સુખરેલો માણસ જંગલી કરતાં વધારે ઉમરે પુગી શકે છે; કાંપેકે તે કુદરતના કાયેદા ખરાબર સમજે છે.

૧૭ મું. શેહેરના કરતાં ગામડેના રહેવાસીઓ વધારે લાંબી ઉમરે પુગે છે. લીવરપુલ અને લંડન શેહેર જાંહાં ઘણી ધીચ વસતી છે તાંહાં દર ૩૦ અને ૪૦ માણસે એક મરણ થાયે છે. ગામડાંઓમાં દર ૫૧ થી ૭૧ માણસે એક મરણ થાયે છે. લીવરપુલ શેહેરમાં જનમેલાં બચાંઓ માહેથી પાંચ વરસમાં નજદીક અરધાં બચાં મરણ પામે છે; લંડન શેહેરમાં ૩૩ વરસ પછી અને ગામડાંઓમાં ૫૦ અને ૬૦ વરસ પછી એટલાં મરણ નીપજે છે.

૧૮ મું. કેટલાંએક લોકો મોટી ઉમરે પાછાં જીવાન જેવાં થાયે છે. ઘણા દાખલા જણાયેલા છે કે જાંહાં જે બાલ આગલ સફેદ હો

તા તે માછા કાલા થયેલા હતા; અને સઘલાં દાંત પડી ગયા પછી કેટલે વરસે પાછા નવા કુટી નીકલેલા હતા. ડાક્ટર હુફલાન્ડ કેહેછે કે બામબરગ નામનો શખ્સ ૧૨૦ મે વરસે મરણ પામીયો હતો. તેના સઘલા દાંત પડી ગયેલા હતા. મરીયાની ૪ વરસ આગમન ૮ નવા દાંત કુટી નીકલીયા. છ મહોના રહીને તે કુટી પડીયા, પણ તેની જગા ઉપર બીજા નવા દાંત આવીયા; અને એ પરમાણે મરી ગયો તાંહાંસુધી દાંત કુટવા અથવા પડવા માંડીયા, એાછામાં એાછા નનદી ૬૫૦ દાંત એવા કુટા હશે તેને તેથી કાંઈપણ અડચણ થતી હતી નહી. તે બોરાક તેનેથી બરાબર આવી શકતો હતો.

એ ઉપરથી સમજ પડી શકશે કે માણસનો જીંદગી લાંબી થવાને માટે કેટલી તરેહની હાલત તેની ઉપર અસર કરી શકેછે.

મુંબઈમાં ચાલુ રોગ.



તાપ—મલેરીયા જેહર.

PREVALENT DISEASE IN BOMBAY.

FEVER:—NATURE OF MALARIA

જારે શેહરમાં કોલારો અને સહીયેડના બુરા મરજો લાગુ પડેછે, તારે લોકો ઘબરાટમાં પડી જાયેછે અને એમ સમજેછે કે જો એ મરજો નાબુદ થયેલા હોયેતો એટલાં બધાં વગર મોહોતના મરણ ની પજ નહી. એ મરજો જારે મોહોડું કાલું કરેછે તારે ખુશી થાયેછે અને બોદાના શુકરાણુ કરેછે કે, ચાલો એટલાંમાંજ પીડા પતી નહીતો કે શું જીલમાત જીવું થતે.

તાપપણ જારે આપણે મુંબઈ શેહરમાં જીદા જીદા મરજોથી નોપ જતાં મરજોની ટીપ તપાસી જોઈયેછ, તારે તદ્દન બીજોજ વીચાર આવેછે, કે કોલારા અને સહીયેડના કરતાં બીજો જીદોજ દુશ્મન મુગો મુગો કામ કરીયો જાયેછે અને કોલારા અને સહીયેડનેતો તદ્દન વીસરાવી મેલેછે. કોલારો અને સહીયેડતો કોઈ કોઈ વેલાજ દેખાવ

દેહે, પુશકલ ધામધુમ કરેછે તેથી લોકો તરત ચેતી જાયેછે, તેઓને દે કરવાની વેતરણમાં ફરતા ફરેછે અને જાંઠાંશુધી તે નાબુદ થતા નથી તાંઠાંશુધી તેઓ સાવચેત રહેછે; તેનું દરેક પગલું તપાસેછે, તે કાંઠાથી આવીયા, કાંઠાં ફરેછે અને કાંઠાં જાયેછે તેની ખોલમાં રહેછે. સહીયેડનેતો જડમેખથી કાપી નાખવાની વેતરણમાંજ રહેછે; જે કે કોલારો કુશમનનો એવો ઉપાયે માલમ પડીયો નથી, તોયપણ તેના પેહેલા દેખાવથીજ તેની તરફ કડવી નજરે જીવેછે અને તેનો નાશ કરવાની તજવીજમાં રહેછે. પણ આ કુશમન કાંઈ ધાંધલીયો નથી; તે બરાબર ચોકસ વખતે દેખાવ દેછે, પણ તે એટલોતો લોકો સાથે પરોતાઈ ગયેલોછે કે લોકો તેની તરફ કદવો નજરે જોતાં નથી; લોકો એમ સમજેછે કે એ કુશમન બીજા કરતાં જલોછે, કે તે એકેદમ મારી નાખતો નથી, અને ઉપાયે કરવાને વીલમ આપેછે. હવે, ખરી વાત કેઈછે ? કીયા કુશમનથી વધારે ડર કરવો જોઈયે ? ૧૮૬૦ થી ૧૮૬૮ લગી નવ વરસમાં સરાસરી દર વરસે ૧૮૦૦૦ મરણોમાં ન જદીક ૮૫૦૦ એટલે, અરધોઅરધ મરણ તાપતા મરજથી, ૨૦૦૦ કોલારાથી અને ૧૨૫૦ સહીયેડ અને ગોવરાંયી થયેલાં માલમ પડેછે. એ ટીપ ખરેખરી વાત શું કહી આપેછે ? કે કોલારા, સહીયેડ અને ગોવરાં કરતાં માણસનો એક જખરો કુશમન તાપછે; અને તોયપણ લોકો તેની કાંઈ પણ દરકાર કરતાં નથી એ કેવું અજબ જીવુંછે.

કોલારા, સહીયેડ અને ગોવરાંની ઉત્પત્તી હજીર સુધી માલમ પડી નથી, તેથી માણસો તેને તદ્દન જડમેખથી કાઢાડી નાખવાને અશક્ત થયાછે. જેકે સહીયેડનો રોગ નાબુદ થતો જાયેછે, પણ તે તેનું કારણ દુર કીધાથી નહી, પણ સહીયેડના જીવો બીજો રોગ જેને ગઉશીતલા કહેછે તે માણસમાં પસાર કીધાથી થાયેછે. કોલારાનો ઉપાયે જણાયો નથી, પણ તેને અટકાવવાના ઘણા ઉપાયે થાયેછે, તેમાં પેહેલું કોલારાના મરજ વાલાને ગામમાં પેવસ થવા દેતા નથી અથવા જે જગા ઉપર કોલારો જણાયો તાંઠાં સફાઈ રાખવાની વેતરણ થાયેછે. પણ તાપનો મરજ સાથી ઉતપણ થાયેછે તે જેકે સાધારણ લોકો તેથી તદ્દન અજાણુછે, તોય પણ ડાકટરોએ તેનું કારણ ચોકસ સોધી કાઢીયુંછે; અને જે તે કારણ દુર કરવામાં આવેતો તાપ જીવો મરજ લાગુ પડી શકે નહી અને એટલાં બધાં કમોહોતના મરણ પણ થાયે ન

હી; અન્ય જુનું એ છે કે જે કારણથી છુપી રીતે પુશકલ મરણો થાય છે તેનો અટકાવ કરવાને માટે ડાક્ટરે અથવા સરકારે તે ઉપર કાંઈ પણ ઘેરાન આપીયું નથી.

સઘલાં જાણને ખબર છે કે વરસાદ ગયો અને ઘાસ તથા દાણાની કાપણી થઈ એટલે તાપનો મરજ ચોમેર લાગુ પડેલો જ છે. છાસટીમાં કે જાંડાં ઘાસ અને દાણાની કાપણી આ મહીનાની શીરૂઆતથી થવા માંડી છે તાંડાં તાપનો મરજ પુશકલ ફેલાયો છે, અને કોઈ પણ માણસ જે એ કામ કરે છે તેને તાપ આવીયા વગર રહેતી નથી; અને કેટલાંએક જાણુ એ મરજથી મરણ પામે છે; અકટોબર મહીનાથી એનું જોર શીરૂ થાય છે, ડીસેમ્બર અને જાનેવારીમાં પુર જોરમાં આવે છે તે છેક જુલાઈ મહીનામાં વરસાદ પડે છે તારે તેનું જોર કમતી થઈ જાય છે; એ પરમાણુ વરસના ૮—૯ મહીના એ મરજ ચાલુ રહે છે અને તેથી હજારો જાતની ખુવારી થાય છે.

એ મરજ છાસટીમાં ઘણા ફેલાયેલા રહે છે; પણ મુંબઈ તેથી બાકી રહેતું નથી. મુંબઈમાં જોકે ઘાસ તથા દાણાની કાપણી થતી નથી, તોય પણ જગે જગે લોકોને તાપનો મરજ લાગુ પડે છે, અને પુશકલ મરણ થાય છે.

હવે, ચોક્કસ વખતે અને મોસમે એ તાપનું જોર શા કારણથી થાય છે અને તે કારણ દુર થઈ શકે કે નહીં એ બાબદ જાણવી ઘણી અગતની છે અને દરેક જાણુને એ વીશેનું જ્ઞાન હોવું જોઈએ, કે જો તેનો અટકાવ કરવાને તેનેથી બની શકે.

તાપનો મરજ માણસનાં દમમાં એક જાતની જ઼ેર હવા ગયાથી લાગુ પડે છે; એ જ઼ેર કેટલીએક જાતની જમીનમાં ચોક્કસ કારણથી પેદા થાય છે, અને જેમ એ જ઼ેર વધુ અથવા ઓછું હોયે તે પરમાણુ તાપનું જોર પણ વધુ અથવા કમી માલમ પડે છે. હવે એ જ઼ેર શું છે અને તે કેમ પેદા થાય છે ? જે જગા ઉપર તાપનો મરજ લાગુ પડે છે તાંડાંની હવા અને જમીનની તપાસ કરતાં કોઈ પણ ચોક્કસ જ઼ેર માલમ પડી આવીયું નથી. રસાયણ વીદ્યા હજુર સુધી એ જ઼ેરને જુદું પાડી શકી નથી, પણ ચોક્કસ જગા ઉપરની હવા દમમાં ગયાથી તાપનો રોગ લાગુ પડે છે તેમાં કાંઈ પણ શક રહેયો નથી. દરેક જગા ઉપર એ જ઼ેર પેદા થતું નથી. કેટલીએક જમીન એવી હો

મેછે, જમકે મતોડીની, રેતીની કે જે પાણીને ચુસી લેછે અને ઘણો વખત સુધી પાણીને પોતાની અંદર પચેલું રેહવા દેછે. જારે વરસાદ પડેછે તારે એ જમીન પાણીથી તર રેહુછે અથવા પાણી તે ઉપર એ કું થાયેછે. જેવો વરસાદ બંધ પડીયો એટલે તે પાણી ઉડવા માંડે છે અને જેવી જમીન થોડી સુકી અને થોડી ભીની એવી હાલતમાં રેહુછે તે વખતે તે માહેથી એક જાતની જહેરી હવા નીકલવા માંડેછે અને એ વખતેજ તાપનો મરજ લાગુ પડેછે; એ જહેરી હવાને ધંગ રેલમાં મલેરીયા કરીને કેહુછે.

જે જગા ઉપર દરીયા અથવા નદી અથવા તલાવનું પાણી ફરી વલે, પણ એક વખત પાણી ફરી વલાયા પછી ઘણી લાંબી મુદત સુધી તે પાણી બદલાયા વગર પડી રેહુ, અને તે જગા થોડી સુકાયેલી અને થોડી ભીનેલી રેહુ, જે જગા ઉપર ગટરનો બંદોબસત નહી હોવાથી પાણીના ખખેચોયા થઈ રેહુ, જે જગાની જમીન વીખરાયેલી નરમ હોયે અને જેમાં પાણી પચીને રેહુ, એવી જગા ઉપર મલેરીયા પેદા થાયેછે. છાસટી અને મુંબઈની જગા એ પરમાણેનીછે. છાસટીની આસપાસ દરીયો ફરી વલેલોછે, તેનો કીનારો કાઢવનોછે, જારે ભરતી નું ભર ઘણું હોયેછે તારે પાણી જમીનના મોટા ભાગ ઉપર ફરી વલે છે; બીજા દાહાડા ઉપર તે પાણી જમીન ઉપર પડીને સુકાયેછે અને તેથી તે કીનારા ઉપર હમેશાં મલેરીયા પેદા થતોજ રેહુછે. વલી છાસટીમાં પુશકલ જગા વેરાન રેહુછે અને ચોકસ વખતે તે ઉપર ઘાસ ઉગાડવામાં આવેછે. ઘાસ ઘણું લાચું થાયેછે અને તેની જમીનમાં પુશકલ પાણી પચેલું રેહુછે. ઘાસ કાપીયા પછી જમીન ઉઘાડી વેરાન પડી રેહુછે; ઘાસનાં કુમતાં પાણીમાં કોહવા માંડેછે, અને પછી તે માહેથી જહેરી હવા પેદા થાયેછે. વલી કેટલીએક જગા ઉપર ચોખ્ખા નાં ખેતર કરવામાં આવેછે. ચોખ્ખાના ખેતરમાં પુશકલ પાણી એકકું કરવાની જરૂરછે અને ઉપર જણાવીયું તે પરમાણે કાપણો થયા પછી જમીન સુકાતી વખતે મલેરીયા પેદા કરેછે. મુંબઈ શહેરની જમીન કેટલી ખડકની અને કેટલી રેતી અને મતોડીનીછે. શહેરમાં ગટરોનો બંદોબસત હોવાથી પાણી જમીન ઉપર એકકું થતું નથી; તોયપણ કેટલીએક જગાએ ઉપર અને ઘણુંકરીને ધીચ વસતીની વચોવચ તે કોની ગલીઓને લીધે પાણી જમીન ઉપર પડી રેહુછે; તેમાં તરેહવાન

વનસપતી કોહોવા માંડેછે અને તે ઉપરથી મલેરીયાનું જોર પેદા થાય છે. એવી જગાને ડાક્ટર હીયુલેટ “તાપના માલા” (એટલે કે જાં હાં તાપ જનમ પામેછે અને ઉધરેછે) નું નામ આપેછે અને તેમાં કાંઈ શક નથી. વલી મુંબઈની મોટી જગા પરત પડી રહેલી છે, જે “ફ્લાટસ” ને નામે ઓળખાયેછે, જાં હાં ગટરનો કાંઈ બંદોબસત કીધેલો નથી, જાં હાં વરસાદનું પાણી એ તરણ મહીના લગી પડી રહે છે, તાં હાં જારે જમીન સુકાવા ઉપર આવેછે તારે મલેરીયાનું જોર આસપાસ પંથરાયેછે. એ પૈરમાણે મુંબઈ અને છાસટીમાં મલેરીયા જોરનું પેદા થવાનું એતર બોહાલું છે અને મુંબઈ શેહરમાં તાપના રોગ ફેલાયે અને તેમાં હજારો માણસો મરણ પામે તેમાં નવાઈ ને પુરું કાંઈ નથી.

એ મલેરીયાનાં જોરની કેટલીએક ખુબી છે કે જે જાણીયાથી થઈ જી રીતે તેનો અટકાવ કરવાનાં અથવા તેને તદ્દન દૂર કરવાનાં ઉપાયે સમજ પડી શકશે.

પેહેલું. મલેરીયા પેદા થવાને ગરમી હોવી જોઈયે. ઘણા થંડા મુલુકોમાં એ જોર પેદા થતું નથી. ગરમ મુલુકોમાં એનું જોર ઘણું હોયેછે અને સઉથી ખરાબ તાપના રોગ પેદા કરેછે. એટલા ઉપરથી સમજ પડશે કે મલેરીયા અને તાપને હીંદુસ્થાન માટેથી નાબુદ કરવાને ઘણું મુશ્કેલીનું કામ છે. વલી સખત ગરમીની વખતે તાપનું જોર પણ ઘણું વધુ હોયેછે.

ખીજું. થોડું પણ પાણી હોયા વગર મલેરીયા પેદા થતો નથી. જે જગા ઉપર પાણી એકઠું થાયે, અને તેને બદલવાને અથવા કાઢાડી નાખવાને બની નહી આવેતો મલેરીયા પેદા થવાની ધાસતી રહે છે. એટલા ઉપરથી સમજ પડશે કે દરીયા તથા નદી તરફનાં ભીના કીનારાઓ ઉપર પુરણી કરીને જમીનને ઉંચી કરવાથી મલેરીયા પેદા થવાનું કારણ નીકળી જશે. મુંબઈ શેહરમાં હાલ જે “ફ્લાટસ” છે તેની ઉપર પુરણી કરવાની ઘણી જરૂર છે. એજ પર માંણે છાસટી અને તુરંબે તરફના દરીયાની જગા જે મુંબઈની પકોશ માં આવેલી છે, તેની ઉપર પણ પુરણી કરવાની જરૂર છે. “ટરામબે રે કલેમેશન કંપની” જેકે સટાના ઘેલાપણાની જીહુમમાં નીકળી હતી, અને તે કંપનીની ગમે તેવી મતલબ હોયે, પણ જે તેનું કાંમ પાર

પાડવામાં આવતેતો આજી મુંબઈ શહેરને એક મોટો ક્ષાયેદો થતે; એક છુરા મરજનું કારણ તેઓ દુર કરી શકતે, અને તેથી બે મતલબો જલવાતે. એ કામ હવે સરકારે માંથે લેવાની જરૂર છે. વલી મુંબઈ શહેરમાં જગે જગે ખાનગી જમીનો ઉપર ખારેખાસ પાણી પડી રહે છે અને કોહેયા કરે છે; તેનો અટકાવ કરવાને સરકાર તરફથી બંદોબસત થવો જોઈયે. જાંહાં પાણીનો ખખોચીયો જીવામાં આવે, તાંહાં એમ સમજવું ને તેમાં મોહોતના બીજ વસે છે, અને તેનેથી એક સાંપની મીસાલે દુર રહેવું અથવા જમ સાંપને મારવાની વેતરણ કરે તેમ તેની પછવાડે વલગીને દફે કરવાની કોશેશ કરવી.

તરીજી. કોહેલી વનસપતી અથવા આરગાનીક વસતુથી પેદા થતું જહેર મલેરીયા જહેરથી તદન જીડુંજ હોય છે. માતર કોહેલી આરગાનીક વસતુથી તાપનો રોગ લાગુ પડી શકતો નથી. માતરે જ મીન, પાણી અને ગરમી મલેરીયા પેદા કરવાને મારે બસ છે. એઓ સાથે કોહેલી વનસપતી પણ હોયે પણ તેથી મલેરીયા પેદા થતો નથી. એટલા માટે ને કોઈ ધંધાતા વાસને માતરે જહેર કરાને સમજે, તે સુડુજમાં ખોટી રહેશે. મલેરીયાનો કાંઈ વાસ નથી અને તે બેમાલ મ લાગુ પડે છે.

ચોથું. મલેરીયાનું જોર રાતરે વધુ હોય છે. કોણ જાણે તે વખતે જહેર વધુ પેદા થાય છે, અથવા તે થંડીના સમયથી ઘણું એકઠું થાય છે, પણ આ વાતનો ખરી છે ને રાતરે ખોલી હવામાં એવો જગા ઉતર સુવું અથવા ચાલી જવું ઘણુંજ ધાસની લરેડું છે. ઘણી વેલા ખરી ખપોરે એવી જગા ઉપર લોકો કામ કરે છે પણ તેઓને મલેરીયા લાગુ પડતો નથી, પણ ને કોઈ સુરજ અસત પામીયા પછી બાહર ફરે છે તેને તાપ આવીયા વગર રહેતો નથી. એટલા માટે જરૂર છે ને રાતના વેલા એવી જગાઓ ઉપર કદી પણ મુનાફરી કરવી નહી; અને એજ કારણને લીધે લશકરના સોપાહીઓને દાવસ ના તડકમાં ફેંચ કરાવે છે અને જોકે રાત મુસાફરને વધારે ખુરા લાગે છે તોય પણ તે વખતે આરામ લેવાને ફરજ પાડે છે.

પાંચમું. મલેરીયા જમીન ઉપર થરેલું રહે છે. જમ ધુમસ જ મીનની સપાટી ઉપર રહે છે તેજ મીસાલે એ પણ ધુમસની સાથે મ લીને કદાચ ભારી હોવાથી અથવા જમીન તરફ ખેંચાવાથી ત્રીચે થ

રી રહેછે. એટલા માટે રાતરે એવી જમીન ઉપર સુવાથી ઘણું જ ધાસતી બરેલું છે; અને એજ કારણને માટે એવી જગાના રહેવાસી એા ઉંચી જગાં અથવા ટેકડી ઉપર જઈને વસેછે. ડાક્ટર ફરગુસન એ મલેરિયાની ખુબી વીશે એક બીના લખી જાયેછે કે જે ઘણી અ જાયેબી ઉપજાવે એવીછે. ૪૦ સ ૧૮૧૬ માં એક ઈંગરેજ લશકર ની ટોલકીએ આનતીગુઆની ગોદોની આસપાસ ટેકડીએા હતી તે ઉપરની તરણ બરાખોમાં છાવતી કીધી. એ બરાખો ટેકડીની જુદી જુ દો ઉંચાઈએ હતી, એક ૩૦૦, બીજી ૫૦૦ અને તરોજ ૬૦૦ ફીટની ઉંચાઈએ હતી. રાતની વખતે એક સીપાહી ૬૦૦ ફીટની ઉંચાઈયાં છેક હેઠલ પોહોરો ભરવા આવીયો. એ ગોડીની જગા એટલાંતો ખરાબ હાલતમાં હતી કે તે માહેથી મલેરિયા રાતની વેલા પુશકા નીકલતો હતો. પેલા સીપાહીને તે જોરે એટલુંતો લાગું કે તાં હાનો તાહાં તેને માથે પવન ચહુડી ગયો, વામીટ થયું, કમલો ફરી વલીયો અને ૩૦ કલાકમાં મરણ પામીયો. ૩૦૦ ફીટની ઉંચાઈ ઉપરના માણસોને સઘલાને તાપ આવી, પણ તે જોરમાં નહી હતી; અને જે ૫૦૦ અને ૬૦૦ ફીટની ઉંચાઈએ હતાં અને જોરો રાતની વેલા હેઠલ કોઈ પણ નહીં આવીયું હતું તેઓ તદન તાપથી બંચી ગયાં હતાં. એ ઉપરથી સમજ પડેછે કે લશકરે જમીન ઉપર એવી જગામાં છાવતી કરવી નહી. વલી એવું માલમ પડીયુંછે જે એક જ ઘરના રહેવાસીઓમાં ભાંપેતલીયે રહેનારને તાપનો રોગ લાગુ પડેછે, પણ માર ઉપર રહેનાર તદન બંચી જાયેછે, અને તેનું કારણ મલેરિયાની હેઠલ થરી રહેવાની ખુબીને લીધે હોયેછે. મુંબઈ શહેરના ઘણાએક ઘરોની જમીન બીની રહેછે અને સઘલાંને ખબર હોયેછે કે ભાંપેતલીયે રહેનારા હમેશાં તાપના રોગથી બીમાર રહેછે, અને માર ઉપર રહેનારને કાંઈ થતું નથી. એ ઉપરથી સમજ પડશે, કે શહેરના ઘરમાં વારેઘડીએ મલેરિયા જોરે ફરતું ફરેછે અને તેવાં ઘરમાં રહેવાની સંભાલ રાખવી જરૂર છે.

છટું. મલેરિયા પવનથી એક જગા ઉપરથી બીજીગમ ઘસડાઈ જાયેછે, અને એ કારણને લીધે ફરતી જગા જે જાતે તત્કરો સત હોયેછે તેની હવા પણ ખરાબ થઈ જાયેછે અને રહેવાને લાયક થતી નથી. માથાં ભાયેગે જરે છાસટી તરફ મલેરિયા પેદા થાયેછે.

તારે મુંબઈ શેડર તરફ તાંહાંથી એટલે ઉતર અને ઈશાન દીશા તરફથી પવન કુકવા માંડેછે અને તેથી છાસટી તરફનો મલેરીયા મુંબઈમાં હવાની મારફતે પેવસ થાયેછે. પવનના જોર સાથે તેહવામાં ઉંચે ઉડેછે અને ટેકડી ઉપર રહેનારા શખસોને પણ લાગુ પડેછે. એટલા માટે છાસટી તરફની વેરાન જગાઓ ઉપર મલેરીયા પેદા નહીં થાયે તેવો બંદોબસત કરવાની વધારે જરૂરછે.

સાતમું. પાણી મલેરીયાને ચુસી લેછે. જે ખલાસીઓ કી નારે આવીને એવી જગા ઉપર ઉતરેછે તેઓને મલેરીયાનું જેડર લાગેછે, પણ જે લોકો વાંહાંણુ ઉપરજ રહેછે તેઓ બંચી જાયેછે, અને તેનું કારણ એછે જે મલેરીયા વાંહાંણુ તરફ જઈ શકતો નથી કાંચે કે પાણી તેને ચુસી લેછે. એ ઉપરથી સમજ પડેછે કે જે થમ પાણી મલેરીયાની જગા આગલ હોયે તે કદી પણ પીવું નહીં; એવું પાણી પીયાથી પણ તાપનો રોગ લાગુ પડેછે.

આઠમું. મલેરીયા આડ પાનને વલગી રહેછે. એવી જગામાં જે લોકો રાતરે આડ તલે સુવેછે તેઓ ઘણા ધાસતીમાં રહેછે; પણ આડની એવી ખુબીને લીધે મલેરીયાનો એક ગમથી બીજી ગમ જતાં અટકાવ થઈ શકેછે. જે લોકો મલેરીયાની જગામાં વસેછે તેઓ જો પોતાના રહેઠાણની આસપાસ ફરતી ઉંચા અને મોટાં પાતરાના આડોની એકવાર ભરી લેતો મલેરીયા ઘરમાં આવતો અટકેછે. એજ કારણને લીધે જોરે શેડરની તજદીક મલેરીયાની જગા હોયે તારે બેઠતી વચે મોટાં આડો ઉગાડીયાથી ઘણા ફાપેદો થાયેછે. ઘણી વેલા એવાં આડો કાપી નાખીયાથી આગલ જે તનદરોસન જગા હોયેછે તે જલદીથી બીગડી જાયેછે અને રહેવાને લાયક થતી નથી. એટલા માટે મુંબઈની ઉતર અને ઈશાન તરફ જે શેડર અને છાસટીની વચે મોટાં આડો આવ્યાંછે તે કદી પણ કાપો નાખવાં નહીં જોઈયે. પણ જેમ બને તેમ તેનો વધારો કરવાની જરૂરછે. એક બાબદ ધેયાન રાખવા જોગછે. નાહાની ગુચવાયેલી આડ ઝાંખરીઓથી મલેરીયા ઉલટો પેદા થાયેછે, એટલા માટે તેનો નાશ કરવાની જરૂરછે.

નવમું. જમીનની ખેતી કીયાથી મલેરીયા નાબુદ થાયેછે. એવું માલમ પડીયુંછે કે જે જગામાં આગલ વેરાન હોવાથી મલેરીયા પુરાકલ પેદા થતો હતો, તેને અછી રીતે ખેડીયાથી અને આડ પા

નો ઉગાડીયાથી મલેરીયા તદ્દન નાશુદ્ધ થઈ જાય છે. એટલા માટે મુંબઈની કેટલીએક પડત જગા ઉપર ખેતી કરવાની જરૂર છે. તથા છાસટીનો જગા ઉપર જે હાલ ચોખ્ખાના ખેતર કરવામાં આવે છે, તે કાહાડી નાખીને તે ઉપર બીજ ખેતી કરવી જરૂર છે. ચોખ્ખાના ખેતરમાં પાણી ઘણું એકઠું કરવાનો જરૂર પડે છે તેથી તે જગા હુમેશાં મલેરીયાથી ભરેલી હોય છે; તેથી એ કાહાડી નાખીને બીજ ખેતી કરવી જોઈએ.

દશમું. મલેરીયા બલતાં અથવા આતસથી દહે થાય છે. એ પું માલમ પડીયું છે કે જે લોકો મલેરીયાની જગાથી જરા દુર છાવની કરે છે, તેઓ આખી રાત દાહાડો બેઉ જગાની વચે બલતું જરી રાખે છે અને તેથી તેઓને મલેરીયા લાગુ પડતો નથી. મોટાં શેહેરમાં જાંહાં ઘરેઘર બલતું અને આતસ સલગેલો હોય છે તેથી મલેરીયાનું જોર ઘણું કમતી રહે છે.

અગીઆરમું. મલેરીયાના વણમાં રહેનાર ઉપર મલેરીયાનું જોર કમતી હોય છે, પણ પરોણાઓને ઘણા જોરથી લાગે છે. છ સં ટીમાં લોકો ઘણા વરસ લગી વસે છે પણ મલેરીયાના જહેરથી તેઓને સખત બામારી તાપ આવતી નથી. જોરે પરોણાને તે જ જગા ઉપર સખત તાપ, સનેહપાત, કમલો ઈતીયાદી થઈ આવે તારે તાં હાંતાં વસનારને કદાચ એક બે દાહાડા નરમ તાપ આવે. એટલા માટે પરોણાએ એવી જગા ઉપર મલેરીયાની મોસમ ઉપર જવાની ઘણી સંભાલ રાખવી જરૂર છે.

એ ઉપરથી સમજ પડશે કે તાપનો રોગ કેવી રીતે લાગુ પડે છે અને તેને અટકાવવાના ઉપાયો આપણા હાથમાં ન છે. જો એ ઉપાયો કામે લગાડવામાં આવે તો મુંબઈ શેહેરમાં દર વરસે જે અરધા અરધા મરણ તાપના રોગથી થાય છે તે ઘણે દરજે કમતી થાયે તેમાં કાંઈ શક નથી.

પારસી ઓરતો ઉપર પડતી નજા.



સુવાવરી ઓરતની હાલની હાલત—
તે વીશે જરૂરપોસતી ધરમમાં જીવું ફરમાન.

IN HUMANE TREATMENT OF PARSEE WOMEN IN CHILD-BED.

પારસી લોકો આજે મોટો સુધારાનો દાવો કરવા માંગે છે. આ હેર ખુબ મનરે છે અને ઓરતોના હક વીશે લાંબી જાંબાંએ મોટી મોટી વાતો કરે છે. ખરી વાત છે કે પારસી લોકો પોતાની બાનુઓને માણસ તર કે અને પોતાનો જાનો દોસત કરતાં મધુ ગણે છે. પણ એક મોટી રસમે બેસમજથી કાંઈ મુદત થઈ પગપેસારો કીધા છે, કે જથી બીચારી અબજા ઓરતો ઉપર જાણે એક જાતનો જીલમ થાય છે, પણ હજીર સુધી બરીબરી વાત કરનારાઓએ તે ઉપર કાંઈ લીચાર પણ કીધો હોય એવું લાગતું નથી.

ઓરતની હમેલ વખતની અને હમેલ છુટા મછીતી હાલત ઘણી જ નાજુક હોય છે; ઓરત જાતે ઘણું ખમી શકે છે; જરૂરી હમેલ રહે છે તે જરૂરે છુટે છે તાંહાં લગી તેની ઉપર તરેહવાર અખતરા ફરી વલે છે, નવ નવ મહીના લગી વામીટ થયા કરે, કાંઈ ખોરાક ટકે નહી, ફેર આવી જાયે, પેટ તસકાઈને ફાટી જાયે અને એવી હજારો મુસીબતો ફરી વલે, પણ તે ની તેને એક રતી ભાર પણ દરકાર નથી; તેના હરખ આગલ સઘ લું કુખ મોમની પેઠે પીગલી જાયે છે. જીવો તે છુટકતી વેલા કેવી ક સઢાયે છે, તેની ઉપર એક પાહાડ જેવું કામ આવા પડે છે; કેવી તે મુ ગે મોહાડે ખમે છે. અને તે સઘલું શા માટે ? કાંયેકે ખમલું તે એ ક પોતાની ફરજ સમજે છે. કોઈ વેલા તે છુટકતી વખતે માહી હાલતમાં આવી જાયે છે, તેનો જાન પણ ધાસતીમાં રહે છે અને એ વેલા જમ એક દરદીને આસપાસના લોકોથી મદદ મલવી સળવર છે તેમ તેને તેથી પણ વધારે મદદની જરૂર પડે છે અને જો તે મદદમાં ખાંમી પડે છે તો તેનો જાન વધારે ધાસતીમાં આવી પડે છે અને એવી મદદ વગર પુશકલ જાન બરબાદ પણ ગયા છે.

નો ઉગાડીયાથી મલેરીયા તદ્દન નાશુદ્ધ થઈ જાય છે. એટલા માટે સુંબઈની કેટલીએક પડત જગા ઉપર ખેતી કરવાની જરૂર છે. તથા છાસટીની જગા ઉપર જે હાલ ચોખ્ખાના ખેતર કરવામાં આવે છે, તે કાહાડી નાખીને તે ઉપર બીજ ખેતી કરવી જરૂર છે. ચોખ્ખાના ખેતરમાં પાણી ઘણું એકઠું કરવાનો જરૂર પડે છે તેથી તે જગા હમેશાં મલેરીયાથી ભરેલી હોય છે; તેથી એ કાહાડી નાખીને બીજ ખેતી કરવી જોઈએ.

દશમું. મલેરીયા બલતાં અથવા આતસથી દર્દ થાય છે. એ પું માલમ પડીયું છે કે જે લોકો મલેરીયાની જગાથી જરા દુર છાવની કરે છે, તેઓ આખી રાત દાહાડો બેઠ જગાની વચે બલતું જારી રાખે છે અને તેથી તેઓને મલેરયા લાગુ પડતો નથી. મોટાં શેહરમાં જાંહાં ઘરેઘર બલતું અને આતસ સલગેલો હોય છે તેથી મલેરીયાનું જોર ઘણું કમતી રહે છે.

એગી આરમું. મલેરીયાના વણુમાં રહેનાર ઉપર મલેરીયાનું જોર કમતી હોય છે, પણ પરોણાઓને ઘણા જોરથી લાગે છે. છ સટીમાં લોકો ઘણા વરસ લગી વસે છે પણ મલેરીયાના જીહરથી તેઓને સખત બામારી તાપ આવતો નથી. જોરે પરોણાને તેજ જગા ઉપર સખત તાપ, સનેહપાત, કમલો ઈતીયાદી થઈ આવે તારે તાં હાંના વસનારને કદાચ એક બે દાહાડા નરમ તાપ આવે. એટલા માટે પરોણાએ એવી જગા ઉપર મલેરીયાની મોસમ ઉપર જવાની ઘણી સંભાલ રાખવી જરૂર છે.

એ ઉપરથી સમજ પડશે કે તાપનો રોગ કેવી રીતે લાગુ પડે છે અને તેને અટકાવવાના ઉપાયો આપણા હાથમાં ન છે. જે એ ઉપાયો કામે લગાડવામાં આવે તો સુંબઈ શેહરમાં દર વરસે જે અરધો અરધ મરણ તાપના રોગથી થાય છે તે ઘણું દરજે કમતી થાયે તેમાં કાંઈ શક નથી.

પારસી ઓરતો ઉપર પડતી ન્યા.



સુવાવરી ઓરતની હાલની હાલત—
તે વીશે જરૂરોસતી ધરમમાં જીવું ફરમાન.

IN HUMANE TREATMENT OF PARSEE WOMEN IN CHILD-BED.

પારસી લોકો આજે મોટે સુધારાનો દાવો કરવા માંગે છે. આ હર ખુબ મનરે છે અને ઓરતોના હક વીશે લાંબી નબાંચે મોટી મોટી વાતો કરે છે. ખરી વાત છે કે પારસી લોકો પોતાની બાનુઓને માણસ તર કે અને પોતાનો જાનો દોસત કરતાં તધુ ગણે છે. પણ એક મોટી રસમે બેસનબધી કાંઈ મુદત થઈ પગપેસારો કીધો છે, કે નથી ખીચારી અબલા ઓરતો ઉપર જાણે એક જાતનો જીલમ થાય છે, પણ હજીર સુધી બરીબરી વાત કરતારાઓએ તે ઉપર કાંઈ વીચાર પણ કીધો હોય એવું લાગતું નથી.

ઓરતની હમેલ વખતની અને હમેલ છુટા મછીતી હાલત ઘણી જ નાજુક હોય છે; ઓરત જાતે ઘણું ખમી શકે છે; જરથી હમેલ રેહે છે તે જરે છુટે છે ત્રાંહાં લગી તેની ઉપર તરેહવાર અખતારા કરી વલે છે, તવ તવ મહીતા લગી વામીટ થમા કરે, કાંઈ ખોરાક ટકે નહી, ફેર આવી જાયે, પેટ તસકાઈને કાટી જાયે અને એવી હજારો મુસીબતો કરી વલે, પણ તે ની તેને એક રતી ભાર પણ દરકાર નથી; તેના હરખ આગલ સમ હું ફખ મોમની પેઠે પોગલી જાયે છે. જીવો તે છુટકની વેલા કેવી ક સદાયે છે, તેની ઉપર એક પાહાડ જેવું કામ આવા પડે છે; કેવી તે મુ ગે મોહાડે ખમે છે. અને તે સમયું શા માટે ? કાંયેકે ખમવું તે એ ક પોતાની ફરજ સમજે છે. કોઈ વેલા તે છુટકની વખતે માઠી હા લતમાં આવી જાયે છે, તેના જાન પણ ધાસતીમાં રેહે છે અને એ વેલા જેમ એક દરદીને આસપાસના લોકોથી મદદ મલવી સજવર છે તેમ તેને તેથી પણ વધારે મદદની જરૂર પડે છે અને જે તે મદદમાં ખાંખી પડે છે તો તેના જાન વધારે ધાસતીમાં આવી પડે છે અને એવી મદદ વગર ખુશકલ જાન બરબાદ પણ ગયા છે.

એક હમેલ વાલી ઓરતની માવજત જુવો ! વેચાવાની પંદર વીસ દાહાડા આગમજ તેણીને માટે એક જગા અને બીજાનું તર્કપાર થાયછે. જગા કેવી ? ભોંયેતલીએ, જાંડાંની જગા હમેશાંની સરદ, કે જાંડાં સારો દીવસ ઘેરાયેલો પવન પાછણે બારણેથી અને વારેઘડાએ વાડાની ગંધ લેઈને કુકેયા કરેછે. ઘણી વેલા દાદરની હેઠલ, કે જ્યો સારો દીવસ દાદર ઉપર પડતાં પગલાં બીચારી ઓરતના મગજમાં વાગેછે. જગાનો શું અંદોજસત ? એક જાડાં કંનતાનનો પરદો છેક સીલીંગથી તે ભોંય લગી લાગેલો; અને સઘલા બારી બારણા બંધ, કે જરા પણ પવન અંદર આવે નહી, કે જરા પણ રોશની અંદર પેવસ થાયે નહી. બીજાનું કેવું ? લોહોડાંની ઢોલકી તેની ઉપર કાથાની દોરી સીકરી લીધેલી અને તેની ઉપર એક જાડું બોરીયું પાંચરે લું. તકીયો ? તે કાંઈ મલે નહી.

જરે વેચાવાનો વખત આવેછે અને જરે ઘણું અમરું પડેછે તારે તેને એવી જગા ઉપર લેઈ જવામાં આવેછે. ઘેરો લીધેલી જગાની ગરમી, લોકોની લોડ અને કચળાટમાં તે ઘભરાઈ જાયછે, બદન ગરમ થઈ આવેછે, નાડી જોરમાં ચાલેછે અને જલદીથી થાક ચહુડી આવેછે; એવી હાલતમાં વીન ધીમી પડેછે; તેવામાં આસપાસના લોકો ઉતાવલમાં પડી જાયછે. ખેટી વીન ખવરાવા કેહેછે; તેથી તે વધારે ઘભરાટમાં પડેછે અને વધારે થાકી જાયછે. પણ ઘણી વેલા કુદરત સઘલી અડઅણોને ઉપરવારી થઈને આખરે છુટક લાવેછે; માએ અને બચું બેઉ સલામત ઉતરેછે; પણ માએના હાલ કેવા થાયેછે ? થાક, સુસતી, તાપ, અકલાંબણ ઇતીયાદી થોડો વખત લગી ચાલીયા કરેછે. એટલી બધી કશતીમાં તેણીને કોણ મદદ લાગેછે ? માતરે એક અંજાણી, બેસમજ દાઈ, જેને સુવાવડીની કાંઈ કદર નહી, જે હમેશાં ઉતાવલમાં પડીને સઘલી ખરાબી કરેછે, અને જરા જરામાં સુવાવડીને અને આસપાસના લોકોને બીહીવરાવી મારેછે; તે સંવાએ બીજું કોઈપણ મદદ કરતું નથી. સહી નજદીકતા સગાં વાહાલાં તેનેથી દુર રહેછે અને કદી પણ અડકતાં નથી. ગમે તેવી પેયારી છોકરી હોયે, ગમે તેવી પેયારી બેહેન હોયે, પણ નહી માએ કે નહી બેહેન તેને મદદ આવતાં. જે પેયારો હાથ જે કશતીમાં પડેલી ઓરતને આશાયેશ આપેછે તે હમેશાં દુર રહેછે; અને તેને બદલે એક પારકો હાં

થ લાગેછે, કે જ્યાં તેને કાંઈ સુખ મલતું નથી; ઘણી વેલા તે હાથથી તેને દર લાગેછે.

પણ જરે માઠા બનાવથી છુટક થતાં અદઝણુ પરેછે અને જરે ડાકટર અને બીજાં માણસોની મદદની જરૂર પડેછે તારે તાંહાંનો દે ખાવ ભયંકાર હોયેછે. જે જગા ઉપર સાંતપણુ, ધીરજ, જોઈતી મદદ હોયે જોઈયે, તેને બદલે કઠબલાટ, દોરાદોર, બુમાટા, અધોરાઈ ઇતી યાદી નજરે પડેછે. જેટલી ઓરતો ઘરમાં એકઠી થયેલી હોયેછે તે પરદામાં ઘુસી જાયેછે; સઘડાં મદદ કરવાનું દોલ દેખાડેછે, પણ જમ અને તેમ અલગાં રહેછે; સઘડાં જણુ તરેહવાર ઉપાયો કરવાને ફરમાવે છે; પણ બોલે ઘણું અને કરે થોડું; અથવા પીડા ઘણી અને મદદ થોડી.

છેલે ડાકટર આવેછે. ફીરંગી ડાકટર અડકવા માંગેછે, પણ બે તરણુ ઓરતો આડી ફરેછે, શું આપું ઘેર અભેખર કરીયે કે; નહીં બા, દુરથી જોઈનેજ દવા આપો. જરે ડાકટર અડકીને જોવાની જરૂર જણાવેછે અને જરે બીજાં વચમાં પડેછે, કે ફીરંગીને શું છે, તે અડકીને દુરથી ચાલીયો જશે, તેને જરા સમજાવશું કે બા કસાંને અડકતો ના; એ ઉપરથી તેને અડકવા દેછે. સુવાવડીને જોઈને ડાકટર દવા લખવાને કાગળ કલમ માંગેછે, કાગળ કલમ આપેછે, દવા લખાયેછે, પણ તેને અડકે કોણુ? ઘણેવારે ઘણી ગડબડ ચંચા પછી વલી કોઈ દવા લાવવાને મલી આવેછે. ડાકટર જુવેછે કે પોતાથી એખલાથી મેનીજ થઈ શકશે નહીં તેથી બીજા ડાકટરને બોલાવેછે. બીજો ડાકટર ઘણી વેલા પારસી હોયેછે તેણુને અડકવાની કાંઈ છીટ નથી, તો યપણુ અહીં લોકોને ખુસી રાખવા જીવું દોલ કરેછે. ફીરંગી ડાકટરને કપડાં બદલવાતો કેહેવાયે નહીં, પણ પારસી ડાકટરનેતો કપડાં બદલવાની ફરજ પાડેછે. ડાકટરને સુવાવડીનો કેસ મેનીજ કરતો વખતે પુશકલ જુદી જુદી ચીજોની જરૂર પડેછે, બરાનડી, પાણી, આઈસ, કપડું, નાઈ, કાતર ઇતીયાદી ઇતીયાદી. દરેક ચીજ લાવતાંતો વખત લાગેછે ખરો, પણ દરેક ચીજ આપતાં પણ પુશકલ વોલમ લાગેછે, જે ચીજ તરત હાથોહાથ આપવી જોઈયે તે પેહલાં દુરથી ભોયે ઉપર નાખવામાં આવેછે અને તે પછી ડાકટર પોતે વાંકો વલીને લે છે; ઘણી વેલા ડાકટર ચીરડાઈને કોઈના હાથ માહેથીજ લેઈ મુકેછે અને તે માણસને તરત દુર થઈ જવું પડેછે; તે પછી બીજાંઓને અ

ડકતો નથી. એ પૂરમાંજ એક કામતું માણસ તરત નકાસું થઈ પડે છે અને પછી ઘભરાટ અને ગડબડ જોઈ જ લેવી.

કામ પુરું થયું. સારાં ભાવેજે સુવાવડીનો જન બંચીયો, પણ હજુર ધાસતીમાં રહેલો છે. ફીરંગી ડાક્ટર પારસી ડાક્ટરને કેસ સોંપીને ગયા. ટેબલ ઉપર તોપી મુકેલી હતી તે ઉંચકવા ગયો; અરે! કોઈ તોપીતો ઉંચકીને આપો. એક જણ ઉંચકીને ઉંચેથી તેના હાથમાં નાખી. જરા બારણાને અડકતા ના. પણ લુચ્ચી લાકડાંના ઉંચર ઉપર પગ પડીયો. એક જણે તે જોયું, યુમ મારી, પણ ઉંચર કાંઈ કાઢાડી નખાયો! ગડબડ ચાલી કે આખું ઘેર અભેખર થયું. સુવાવડી હજુર ધાસતીમાં હતી તેથી પારસી ડાક્ટરને ખેસી રહેવું પડીયું. પુરસી અડકાયે નહી તેથી તેવનને લોહાડાંનો એક પ્રાટલો આપીયો. ડાક્ટર ક વખતે અને ક વજે બે કલાકતો બેઠા; પણ તેવણને આરામતો લેવો જોઈયે. નાહાવાની મરજી જણાવી; જરા કાલાવાલા થયા તેથી પાછા બેઠા. બીજો એક કલાક નીકલી ગયો. ડાક્ટરની ખાતરજમાં થઈ. પછી દરદી મરે કે જીવે, શું પોતાની તનદરોસતી બીગાડે કે? નહી કામ છે તેથી મને ઘર જવું જોઈયે. ડાક્ટર નાહીને આવીયા. દરદીને ફરથી જીવે છે તો વધારે ખરાબ હાલતમાં, નાડી જોવાની ધણી અગત છે, પણ ફરીથી અડકે કેમ; મારેથી ફરીથી અડકીને નહુવાયે નહી, તેથી ફીરંગી ડાક્ટરને બોલાવો. તેવામાં વધારે ઘભરાટ થયો, પારસી ડાક્ટરને ફરીથી અડકવાનો જરૂર પડી; પણ કપડાં બદલવાં અને એક કલાક પછી ફરીથી નાહાવું, તેવણનો ખોદા યાદ આપીયો.

બે તરણુ દાહાડા થયા; પારસી ડાક્ટર દીવસમાં બે વખત અડકે અને નાહે. છેલે માલમ પડીયું કે સુવાવડીને જો તે જગામાં રાખવામાં આવે તો તેના જનની આશા રહેશે નહી. સુવાવડીને ઉપરની ખોલી હવાની જગા ઉપર લેઈ જવું જોઈયે. છોકરીની માએ, કાકી ખોલી ઉઠી, શું એ વાત કરો છો; આપણે પારસી છોઈને કે ઘેરાં? જાઓ, ગમે તે થવાનું હશે તે થશે, પણ એવું અભેખર કદી થવા દેનાર નહી. સુવાવડી હેઠલ ઘેરાયેલી ગરબીની જગામાં અકલાઈ ગઈ છે, તે પોતાની માએ કાકી તરફ કાલાવાલા કરતો ચેહેરો ખતલાવે છે, પણ તેનો અસર તેઓ ઉપર કાંઈ થતી નથી. એક બે દાહાડા બીજા નીકલી આવે છે. ડાક્ટર દરરોજ અડકતાં અને નાહાતાં કરાવે છે; સુવાવડી

ને હવાની જગા ઉપર તો લેવી જોઈયે. એક બે સમજી મરદો વચ્ચે માં પડે છે અને જોર જીલમ કરીને સુવાવડીને ઉપર લે છે. સુવાવડી થી ઉઠાતું નથી તોયપણ તેને નહવાડીને ઉપર લેવી જોઈયે. જમ તેમ કરીને આંગ ધુવે છે, કપડાં બદલાવીને મોંડેમોંડ ચોખી જગા ઉપર લેઈને પછી ઉપર લેઈ જાય છે. સુવાવડીને ખોલી ચોખી હવા અને રોશનીથી તરત ઘણા આરામ મળે છે; સગાં વાંહાંલાં સઘલાં તેને અડકે છે, કોઈ હવે છીટ લેતું નથી. સુવાવડીની હાલત એક બે દાહાડામાં સુધરી જાય છે. ડાકટર મઘન થઈને ઉપર લાવવાનો ફાવે દો કહી સાંભલાવે છે, પણ છોકરીની માએ કાકીનો પકો વીચારે જો થું હેડલ હોતો સાચું થતે નહીં કે ?

પણ ઘણી વેલા સુવાવડીની હાલત એટલી બધી ખરાબ થતી નથી તેથી તેને પરદાની અંદર ૪૦ ફીવસ લગી રહેવું પડે છે. એટલો વખત તેને કોઈ અડકતું નથી. ગરમ ગંધાતા ચોરડામાં તે મોટી કશતીથી દાહાડા કાહાડે છે અને તદ્દન કંટાલી જાય છે. એવા હવા વગરના ગરમ ચોરડામાં રહેવાથી તેને વારંવાર તાપ આવે છે, તેનું માથું ફુપ્પીયા કરે છે, તેને ભુખ ખરાબર લાગતો નથી; ટુકાંમાં તે તનદરોસતી ભોગવતી નથી, પણ આજારી માણસની પેઠે દાહાડા કાહાડે છે. બચાંને પણ ચોખી હવા અને રોશની નહીં મળીયાથી બેચેન રહે છે અને ૪૦ દાહાડાની અંદર જ આપણે પુશકલ બચાંનાં મરણ સાંભલીયે છે અને જોઈયે તે એ ખરાબ ચોરડામાં રાખી બાંને લીધે હોય છે. ઘણી સુવાવડીને એટલી તો નાકુવતી પોંહાંયે છે જો તે વરસોના વરસો ફુપ્પી રહે છે, એ જ ચોરડા માહેથી તેઓ નાકુવતી અને દરદના બી લેઈ જાય છે અને એ જ ચોરડાની ખુબીથી તેઓની જીંદગી ટુકી થાય છે.

હવે, સુવાવડીની ઉપર એટલો બધો જીલમ શા માટે જીતવામાં આવે છે ? કાંઈ સુદન થઈ પારસી લોકોમાં એવો વીચાર બેસી ગયો છે કે આપણા ધરમમાં એવું લખેલું છે જો સુવાવડી ચોરડાને ૪૦ દાહાડા લગી દુર બેસવું જોઈયે; તેને કોઈએ પણ અડકવું નહીં જોઈયે અને અડકે તો તેને આંખ આંગ ધોવું જોઈયે, અને કપડાં નાખી દેવાં જોઈયે; એટલો સુવાવડી વોશોના ધરમ સમજે છે; બાકીની બીજી બાબતો પોતાના ખેવાલ માહેથી કાહાડેલી હોય છે. સુવાવડીને હવા

લાગવી નહીં જોઈયે; તેના ઐરડામાં સારો દીવસ રાત એક દીવો બલતો રાખવો જોઈયે; પેહેલા પાંચ દાહાડા લગી ચાહે પાણી અને જ રા રોટલી સીવાએ બીજા કાંઈ પણ ખોરાક લેવો નહીં જોઈયે. હવે ૪૦ દાહાડા કુર બેઠાથી અને ભોંયેતલીયે બંધબસત ઐરડામાં રહેવાથી ઘેરફાયેલા થાયેછે તે ઉપર સમજાવીયાછે. ખોરાક વીશે જે આપણા લોકોમાં વીચારછે તેથી પણ ઘણી ખરાબી થાયેછે. છુટક થયા પછી સુવાવડીને ઘણી થાક પોંહોંચેછે અને નાકુવતી થાયેછે; એ વખતે તેની ઉપર બચાંને ધવાડવાની ફરજ આવી પડેછે. હવે જો તે પાંચ દાહાડા લગી માતરે ચાહે રોટલી ઉપર રહેતો તે ફરજ કેમ અડા કરી શકે તે સમજ પડતી નથી; કેટલીએક સુવાવડી એજ કારણને લીધે પોતાના બચાંને ધવાડવાને અશક્ત હોયેછે અને ઘણી વેલા કુધ તદ્દન ઉડી જાયેછે; અને શું એ પીડા માએ તથા બચાંને થોડીછે ?

હવે તપાસ કરવી જોઈએ કે શું જરથોશતી ધરમમાં ઉપર જણાવી આ પરમાણે લખીયુંછે ? સુવાવડીની બાબદ વંદીદાદમાં બે જગા ઉપર આવેલીછે અને તેની મતલબ આ નીચે પરમાણેછે.

વંદીદાદ પરગરદ ૫ મી અને ૭ મી. † એ પરગરદોમાં જે સુવાવડી સુવેલું બચું જણે, પછી તે પેહેલે કે દશમે મહીને જણે, તેને માટે જ શી તરેહની માવજત કરવો તે સમજાવેલુંછે; પણ જે ઐરત જ વતું બચું જણે તેને માટે કાંઈ પણ જણાવોયું નથી. વંદીદાદમાં સુવેલાંના નસા વીસે ઘણું લખેલુંછે અને જે ઐરત સુવેલું બચું જણે તેને પણ એક નસાની મીસાલે ગણેલીછે, અને તે ચોખી શી રીતે થાયે તેને માટેજ કેટલીએક માવજત ફરમાવીછે.

જે ઐરત સુવેલું બચું જણે તેને રહેવાના ઘરની સહથી ચોખી અને સહથી સુકી અને સહથી ઉંચી જગા ઉપર રાખવાને માટે ફરમાવેલુંછે. (જુવો પરગરદ ૫ મી ૧૩૫ થી તે ૧૪૫ લગી અને પરગરદ ૭ મી ૧૫૧ થી તે ૧૬૦ લગી.) તેથી ઉલટું આપણા લોકો સહથી ગલીચ, સહથી સરદ અને બીની અને સહથી નીચી જગામાં સુવાવડીને રાખેછે. શું આ ધરમના ફરમાનથી ઉલટું નથી; અને શું એ ફરમાનથી ઉલટું ચાલનાર પાપ કરતું નથી. જે લોકો ધરમશુદ્ધમાં અપેછે તે લોકો જો પોતાના યોલાને ધરમના ફરમાન પરમાણે ચાલવાને

ધડો આપે નહીં અથવા ધરમના ફરમાનથી ઉલટી રીતે ચાલવારને અટકાવ કરે નહીં, અથવા પોતે ધરમના ફરમાન પરમાણે ચાલીને બીજાને દાખલો આપે નહીંતો તે તકશોવાર ગણાયેછે. તેઓએ લોકોને જાણાવવું જોઈયે કે સુવાવડીને કદી પણ ધરને ભોંયેતલીયે લેઈ જવું નહીં; કદી પણ ભોની અંને સરદ જગામાં જે માતરે ધરને ભોંયેતલીયેજ હોય છે તાંહાં ખેસાડવું નહીં; પણ ધરની સઉથી ઉંચી, સઉથી ચોખી અને સઉથી સુકી જગા ઉપર લેઈ જવું. ધરમનું ફરમાન બરાબર સમજાવીયા છતાં, શું આપણી ઓરતો મુરખ લોકોના કહેવા પરમાણે અને ખોટી દાખલ થઈને રસમ પરમાણે ચાલીયા કરશે? આપણા લોકોમાં મરદ તથા ઓરતનો એવો એક ટોલો આવેછે (અને મરદોમાં ઘણું કરીને ધરમ ગુરૂએ હોયછે) કે જે ધરમના ફરમાનને માન આપવા છતાં તે પરમાણે ચાલવાને અડચણ કરીયાં કરેછે; તેઓની ખોટી દલીલ આછે; શું આપણા વડાવો કરતા આવીયાછે તે ખોટું હોય કે? પણ તેઓ એટલો વીચાર કરતા નથી કે શું આપણા ધરમમાં કહેલુંછે તે ખોટુંછે કે? ધરમ સુકી દેઈને રસમ પરમાણે ચાલવું કેટલું ગુનાહ ભરેલુંછે તે વીશે હવે વધારે બોલવાની જરૂર નથી.

વલી જે ઓરત સુવેલું બચું જણે તે કેવી રીતે અને કેટલા દાહાડામાં પાક થઈ શકેછે અને લોકો સાથે ભેલાઈ શકેછે તે વીશે વંદીદાદની એજ પરગરદોમાં બોલી રીતે આ તીએ પરમાણે જાણાવીયુંછે:—તરણ રાત પછી નવ ખાડા પાડીને બદનને નીરંગ લગાડીને નાહ્યાથી તે ચોખી થાયેછે. (જુવો પરગરદ ૭ મો ૧૭૧). બીજામ જાણાવીયુંછે જે તે તરણ દીવસમાં તે ચોખી થાયેછે ખરી પણ પોતાતી ખરી જગા ઉપર જવાને, અસલનો ખોરાક ખાવાને, હમેશનાં કપડાં પહેરવાને અને સઘલાં સાથે ભેલાવાને તેને બીજા નવ દાહાડા જોઈયે (જુવો પરગરદ ૫ મી ૧૫૬ થી ૧૫૮) હવે વધુમાં વધુ બાર દાહાડા પછી જે સુવાવડી સુવેલું બચું જણે, તે ચોખી હાલતમાં આવેછે, એવું બોલી રીતે જાણાવીયા છતાં પણ આપણા લોકો ૪૦ દાહાડા લગી સુવાવડીને ફર ખેસાડી રાખે એ કેવું અનઘટતું અને ઘાટકી કામ છે! જે સુવાવડી સુવેલું બચું જણે તે જારે બાર દાહાડામાં ચોખી થઈ શકે તારે જે સુવાવડી જીવતું બચું જણે તે ૪૦ દાહાડા લગી પાક થઈ શકે નહીં એ વીચારન બેહુંદો લાગેછે. જીવતું, બચું, જણું

નારી સુવાવડી નસાની મીસાલે ગણાયેછે એવું કહે જોવામાં આવતું નથી; માતરે જે આવજત કહીછે તે મુવેલાં બધાં જાણનારને મારે ફરમાવીછે; એ ઉપરથી સાફ માલમ પડેછે કે જીવતું બધું જાણનારી સુવાવડી કદી પણ નાપાક કેહેવાયે નહી. પણ એ સઘલું એક કોરે મેલતા જે મુવેલું બધું જાણનારી સુવાવડી ૧૨ દાહાડામાં ચોખી થઈને સઘલા સાથે મલી ભેલી શકેછે, તારે બીચારી જીવતું બધું જાણનારી સુવાવડી ઉપર ૪૦ દાહાડા લગી સીતમ ગુજારવો સઘલા અકલમંદ જરથોસતી મરદો તથા ઓરતોને તદ્દન લાજમ નથી, અને તેઓ જાણે એક જાતનો ગુનાહ કરેછે. જરથોસતી ધરમના ઉપાધીયામાં જોયો ખપેછે તેઓ કાંયે નહી એ બાબદમાં પોતાના અંજાણા જાતલાઈઓને ધડો વ્યાપતા; તેઓ શા મારે એક નુકસાન કારક ભુડી રસમ ચલાવા દેછે ? જે દસતુરો તથા મોખેદો એ પરમાણે ચાલે નહીતો, સઘલા સમજી જરથોસતીઓએ પોતે જાતે એકઠા મલીને ખરાબ રસમને દુર કરવી લાજમછે. આવા સુધરતા વખતમાં એ ભુડી રસમ જરથોસતીઓને એમ લગાડેછે. પણ પેલા “રાહાનું માએ માજદીયશના” ના આગેવાનો કાંહાં ગયાછે ? તેઓ સુવાવડીની બાબદ જાંહાં તેઓની નાજીક પંથો ઉપર જીલમ ગુજરેછે તે નો અટકાવ કરવાને પગલું કાંયે ભરતા નથી; વંદીદાદનો ખરો બોધ લોકોને સીખવવામાં અને તે પરમાણે ચાલવાની ભલામણ કરવામાં તેઓને શું અડચણછે ?

અરે ! તમે સમજી જરથોસતીઓ, કાંયે તમે તમારા ધરમથી ઉલટા ચાલીને તમારી અબલા ઓરતોની ઉપર જીલમ ગુજરોછો ! ખરી વાતછે, જે તમારી ઓરતો જેમ તમે કહોછો અને સીખવોછો, તે પરમાણે ચાલેછે અને જે જીલમ જોવો પણ હોકમ હોયછે, તે બીચારીઓ મુગે મોહોડે ફરજ સમજીને ખતીયા કરેછે. એ પણ ખરી વાતછે કે આજ સુધી તમને ધરમ સમજાવનાર કોઈ હતું નહી; પણ હવે તમારા ધરમ પુશતકોનો સમજ પડે એવી બોલીમાં તરજીમાં થયાછે. કાંયે હવે જારે તમે તમારી ભુલ જીવોછો, તારે તે સુધારવાને પછાત રહો છો ? બીચારી નાજીક, મુગે મોહોડે ખમનારી ઓરતને મારે કોણ બીડું ઝરફીને તેઓ ઉપર પડતો જીલમ કાહાડી નાખવાને આગેવાન થાયેછે !

ખોરાક—દુધમાં ભેલ.



CHARACTERS OF GOOD MILK—ADULTERATIONS.

ગયાં ચાંકમાં, દુધમાં શું શું ચીજો આવેછે અને તે ચીજોનું પરમાણુ શા કારણથી ચોછું અથવા વધુ થાયછે તે સમજાવીયું હતું. હવે ચોખ્ખું દુધ કીયું કેહેવાયે, તેમાં શું શું ભેલ કરવામાં આવેછે, એ બાબદ જાણવાની ઘણી અગતનીછે, કાંયેકે ગરીબથી તે માતબર લગી સઉ લોકમાં એ ખોરાકનો જટલો ખપછે તેટલો બીજો કોઈ પણ ખોરાકનો નહીં હશે; અને જે વસ્તુ દરરોજ આપણા ખાધામાં આવે તે ચોખીછે કે ભેલ કીધેલીછે એટલું જો આપણે પારખી નહીં શકીયે તો પછી આપણા હાલ ઘણા બુરા કેહેવાંયે, અને તોયપણ કેટલા થોડા જણ એ બાબદ બરાબર સમજેછે !

દુધમાં મુખીય ભેલ પાણીનો કરવામાં આવેછે. સેંકડે પાંચથી તે છેક પચાસ ભાગ પાણીનો ભેલ કરવામાં આવેછે. ઘણું કરીને એ ભેલ છુટક દુધ વેચનારાઓ કમાઈને વાસતે કરેછે. હીંદુસથાનનાં દુધ વાલાઓ વીશે આપણા લોકોમાં એવો વીચાર બેસી ગયોછે કે તેઓએ દુધમાં જરા પણ પાણીનો ભેલ કરીયા વગર વેચવાના જાણે શોગંદ લીધાછે. જોકે દુધમાં પાણીનો ભેલ કીધાથી જાનને સીધી રીતે નુકસાની થતી નથી, તોયપણ આડી રીતે તે નુકસાન કરેછે. હીંદુ લોકોના મુખીય ખોરાક દુધનોછે અને પોશટીક ખોરાક પણ માતરે તેજ છે. હવે જે ખોરાક જે ઉપર માતરે બદનનું પોશણ આધાર રાખે, તેજ જો પાણી ભેલીને કમજોર કરી નાખે, તો જટલું બદનના પોશણની વકી રાખવામાં આવે તેટલી બનતી નથી અને તેથી માણસ દુબલું રહેછે, કાંયેકે ધારીયા જટલો પુરતો પોશટીક ખોરાક મલી શકતો નથી. એજ પરમાંણે પુશકલ બચાંને માએનું દુધ કમ હોવાથી જાનવરોના દુધ ઉપર રહેવું પડેછે; તેજ માતરે બચાંનો પોશટીક ખોરાક છે અને જોકે ચોક્કસ જથો બચાંના પેટમાં જાયે પણ તેટલું પોશણ નહીં મલે તો બચું આસતે આસતે નબલું, દુબલું થઈને મરણ પામે છે. (ખોરાકમાં ભેલ કરનાર કેવી રીતે ગુનેહગાર થાયેછે અને તેઓને શું શીખણાં ઘટેછે તે બાબદ હવે પછી જણાવશું.)

આપણા લોકો સારા દુધની પરીખશા દુધમાં આંગલી ખોરીને કરે છે. જો દુધ આંગલાં ઉપર વલગી રહે છે તો તેને ચોખ્ખું દુધ કરીને કેડે છે અને જો ઢલી જાય છે તો સમજી છે કે તેમાં પાણીનો ભેલ છે. એ પરીખશા સઉથી સેડેલ છે અને જારે પાણી ઘણું ભેલેલું હોય છે તારે સઉથી સરસ છે, પણ જારે પાણી થોડું જ ભેલીયું હોય, તારે એ પરીખ શાથી ભેલ માલમ પડી આવતો નથી અને એ વખતે બીજી રીતે પરીખશા કરવાની જરૂર છે. ચોખ્ખું દુધ બહુ સફેદ અને તદ્દન અપાર દરશક હોય છે; ભેલેલું દુધ આસમાની રંગનું માલમ પડે છે અને તદ્દન અપાર દરશક હોતું નહીં; ચોખ્ખું દુધ ઘણું આસીડ તેમ ઘણું આલકલાઈ નથી; એટલે બલુલીટમસ અથવા અલધ ઉપર સેડેલ અસર કરે છે; પણ જો તે વધારે આસીડ હોય તો સમજવું કે દુધ વાસી છે; જો ઘણું આલકલાઈન હોય તો જાણવું જે તરતની વેચાયેલી અથવા દરદી ગાયેનું દુધ છે. ચોખ્ખું દુધ થમ રાખી મુકીયું હોય તો તેમાં જલદીથી ફેરફાર થતો નથી; પણ પાણી ભેલેલાં દુધમાં જલદીથી ઉપર છારી બંધાયે છે. ચોખ્ખાં દુધને ઉકાલતાં તેમાં ફેરફાર થતો નથી, અને ઉપર મલાઈની એકસરખી છારી જલદીથી બંધાઈ જાય છે. પાણીવાળાં દુધમાં મલાઈની છારી એકસરખી બનતી નથી.

જો વધારે ખાતરી કરવી હોય અને દુધમાં જીદી જીદી ચીજનું પરમાણુ બરાબર છે કે નહીં તે જાણવું હોય તો આ પરમાણુની ચુકતી કરવી. એક લાંબી કાચની અરધા ઈંચ વેચાસની નલી લેવી, તેમાં દુધ નાખવું અને એક જગા ઉપર થમ મુકી રાખવું. ચોવીસ કલાક માં સઘલી મલાઈ ઉપર એકઠી થશે. સઉથી સારાં અને ચોખ્ખાં દુધ માં સેંકડે ૮ અથવા ૯ લાગ મલાઈના આવે છે; જો દશ ઈંચ લાંબી નલી હોય તો નજદીક એક ઈંચ લગીની મલાઈ હોવી જોઈએ. એવી શેની તપાસ કરતાં એક સંભાલ રાખવી; જે દુધમાં પાણી ભેલીયું હોય છે અને જો ગરમ પાણી હોય છે તો મલાઈ ઘણી જલદીથી છુટી પડવા માંડે છે અને જારે ચોખ્ખાં દુધમાં ચાર પાંચ કલાકમાં સેડેલ મલાઈ છુટી પડે છે તારે એવાં ભેલેલાં દુધમાં વધારે મલાઈ માલમ પડે છે; પણ ચોવીસ કલાક લગી રાખીયા પછી જોશો તો ચોખ્ખાં દુધ માટેથી વધારે મલાઈ છુટી પડેલી નજરે પડશે. એ મલાઈ છુટી પાડીને જો હલવેથી ગરમ કીધી હોય તો માખણ ઘીઈની મીસાલે ઉપર તરસે અને થં

ડું પડીયા પછી પાણી માહેથી છુટું કરીને તોલેતો માખનનો ખરો ભાગ દુધમાં કેટલોછે તે માલમ પડી આવશે. એક પૈનટ (૨૦ ઓનસ) ચોખ્ખા દુધ માહેથી ૨૧૭ ગરેન અથવા દર સેંકડે હડીથી સાડા તરણુ ભાગ માખણના નીકલશે.

મલાઈમાં ઘણુંકરીને સઘલો માખનનો ભાગ આવેછે. જારે મલાઈ અથવા માખન છુટું પડીયું એટલે બાકીના દુધને સેહેન ગરમ કરીને તેમાં જરા સરકો અથવા ચુસડાનું પાણી નાખવું, તેમાં સઘલું કેમીન અથવા દહી છુટું પડશે; એને જેમ મથો બનાવીયે તેમ પાણી કાઢાડી નાખીને પછી તોલી જોવું. એક પૈનટ ચોખ્ખા દુધ માહેથી ચોખ્ખામાં ચોખ્ખું ૨૬૨ ગરેન અથવા દર સેંકડે તરણુથી ચાર ભાગ દહીના નીકલશે.

હવે આગલના જેટલુંજ દુધ લેઈને તેને તોલવું અને પછી ધીમી આંચે તેનું પાણી બાલી નાખવું અને બાકીનું જે રહે તેને તોલવું. એક પૈનટ દુધ માહેથી નજદીક જે ઓનસ અથવા સેંકડે દશ ભાગ નીકલવું જોઈયે, અને તે ઉપરથી સેહેલથી પાણીનો ભાગ માલમ પડી આવશે.

હવે દુધનું પાણી બાલીયા પછી જે રહે તેને જો વલી હવામાં ગરમી આપીને બાલીયું હોયેતો માતરે ખાર રહેશે અને તોલોયાથી ખારનું પરમાણુ નીકલશે. એક પાંઈનટ દુધમાં નજદીક ૪૩ ગરેન અથવા સેંકડે અરધો ભાગ ખારનો નીકલવો જોઈયે.

હવે જો દુધના તોલ માહેથી, પાણી, માખણ, દહી અને ખારનું તોલ બાદ કરેતો ખાંડનો ભાગ કેટલોછે તે માલમ પડી આવે. એક પાંઈનટ દુધમાં ૩૪૧ ગરેન અથવા દર સેંકડે ચારથી પાંચ ભાગ ખાંડના આવવા જોઈયે.

એ પરમાંજો જો ધીરજથી દુધને તપાસી જોઈયેતો દુધ ચોખ્ખું કે પાણીથી ભેલ કીધેલું છે તે જલદીથી માલમ પડી આવીયા વગર રહેશે નહીં.

એ સાથે વલી દુધમાં પાણીનો ભેલ છે કે નહીં તે જાણવાને માટે બીજી એક યુક્તિ જણાયેલી છે. દુધનું ખાસ વજન (સપોસીટીક ગરા વીટી) જાણવાને માટે લાકટોમીટર નામનું હથીયાર બનાવીયું છે; તેને દુધમાં મુકીયાથી તેનું ખાસ વજન માલમ પડી આવેછે. ચોખ્ખા દુધનું ખાસ વજન ૧૦૩૦ ગણવામાં આવેછે; એટલે જેટલું ચોખ્ખું પાણી તોલીયાથી ૧૦૦૦ ગરેન થાયે તેટલુંજ દુધ તોલીયાથી ૧૦૩૦ ગરેન થવું જોઈયે. એના ફરતાં પણ એક બીજી સાધારણ અને સેહેલ હથીયાર બનાવીયું છે; તેની દાડીમાં ચાર ભાગ કરવામાં આવીયા છે. સઉથી નીચેના કાપો સઉથી ચોખ્ખા દુધનું અને સઉથી ઉપરનો કાપો પાણીનું વજન બતાવેછે. અને જેમ હથીયાર દુધમાં

વધારે અથવા ઓછું ફળેછે તેમ પાણી અથવા ફૂધનો વધારે ભાગછે એમ ખતલાવેછે.

ફૂધવાલાઓ ફૂધમાં પાણી મેલવેછે એટલું જ નહીં પણ તે માહેથી મલાઈ પણ કાઢાડી લેછે. પણ એમ કીધાથી ફૂધનો રંગ આસમાની થઈ જાયેછે અને છુછા જેવું માલમ પડેછે. ફૂધને ઉપર જણાવીયું તે મ એક કાચની નલીમાં ૨૪ કલાક લગી થમ રાખીયાથી મલાઈ કાઢાડી લીધીછે કે નહીં તે માલમ પડી આવશે.

વલો ફૂધમાં પાણી નાખીયા પછી પાછું ઘાટું દેખાયે એવી મતલ બધી તેમાં ચોખ્ખાના આઠાની કાંજ બનાવીને કોઈ વેલા ભેલવામાં આવેછે. એવાં ફૂધમાં ગાંગરા બંધાયેલા માલમ પડશે અને ફૂધને ઉ કાલતી વખતે તલીયેથી જલદીથી બલી જશે અને પોપરી બંધાશે. સ ઉથી સરસ પારખવાની રીત એવાં ફૂધમાં જરા આયોડીનનું ટીકચર નાખીયાથી ફૂધ જલદીથી બલુ રંગનું થઈ જશે.

ડાકટર મીતચેલ, અને નારમંડી જણાવેછે જે પાણી સીવાએ લંડન શેહેરના ફૂધમાં મીઠાસ લાવવાને માટે ખાંડ, સવાદ લાવવાને માટે નીમક, પાછો રંગ લાવવાને માટે અલધ અને અનાતો, ઘાટ કરવાને માટે ચાક, ગુંદર, આટો અને ભેજું, અને ખટાસ નહીં થાયે એટલા માટે સોડા ખારનો ભેલ કરવામાં આવેછે. મોટાં ભાયેગે મુંબઈ શેહેરના ફૂધવાલા એટલું બધું સમજતા નથી, અને તેથી એટલું બધું તરકટ કરવાને બની પણ આવતું નથી.

ડાકટર હાસલે લંડન શેહેરના ફૂધના ૨૬ નમુના તપાસી જોયા તેમાં ૧૪ નમુના ભેલના, અને ૧૨ ચોખ્ખા ફૂધના હતા. પાણી સીવાએ બીજી કાંઈ પણ ચીજનો ભેલ માલમ પડીયો ન હતો; પાણીના સેંકડે ૧૦ થી તે ૫૦ ભાગ હતા. ડાકટર હાસલે કેહેછે કે એક જણ એવું લખી ગયોછે કે તેણે લંડન શેહેરમાં ફૂધનો ખપ કેટલો થાયેછે તેની ગણતરી કાઢાડતાં એવું માલમ પડીયું કે એ શેહેરના રેહેવાસીઓને ભાયેગે દરરોજ એક ચમચો પણ ફૂધનું પરમાણુ આવે; અને એ ઉપરથી સમજ પડી શકશે કે પાણી ફૂધનું કેટલું બધું કામ કરી શકેછે.

ડાકટર હીયુલેટના ૧૮૬૬ ના રીપોર્ટ ઉપરથી માલમ પડેછે કે મુંબઈ શેહેરમાં ફૂધ આપનારા સઘલાં મલીને ૨૯૭૬ જાનવરો હતાં. જો એમ વીચારીયે કે દર જાનવર દરરોજ વધુમાં વધુ ૧૦ સેર ફૂધ આપેતા ૮ લાખ ઉપરની વસતીમાં દર ૨૭ માણસે એક સેર ફૂધ પુરું પડેછે; એટલે દર માણસને ભાયેગે બે ચમચા ફૂધનું પરમાણુ આવતું હોયે. એ ઉપરથી વીચાર કરી શકાશે કે મુંબઈ શેહેરમાં પણ પાણી ફૂધનું કેટલું કામ કરી શકેછે.

તંનદરોસતી.

નવેમ્બર ૧૮૬૯.

મુંબઈ શેહેરનાં ખાટકીવાર.



SLAUGHTER-HOUSES IN BOMBAY



જે પરમાણુ ઘરના વાડા, રસતાનો કચરો, બજાર, ઇતીયાદીથી હુવા ગલીય થાયછે અને તેથી લોકોની તનદરોસતીમાં બોગાડો થાયછે, તેજ મીસાલે ખાટકીવાર, પણ શેહેરમાં હોવાથી લોકોને નુકસાનકારક થઇ પડેછે. આજ બે વરસની વાત ઉપર બોરીબંદર દરીયાને કીનારે એક જગા હતો કે જાંડાં દરરોજ સેંકડોબંદ બકરાં તથા મેંઢાં કપાતાં હતાં અને ભરતીની વેલા અને જારે પુરવ તરફનો પવન ફુકતો હતો તે વખતે એટલો તો બદબો નીકલતો હતો કે જ્યાં ન જદીકના રેહેવાસીઓને તદ્દન કંઠાલા ભરેલું તેમ નુકસાનકારક થઈ પડતું હતું. ગાએ ભેંસ કાપવાને માટે ખાટકી મોહોલામાં એક બીજી જગા હતી; તે વસતીની વચે આવેલી હતી અને તેથી લોકોને ઘણી ઈજા પુગતી હતી; એ સીવાએ ફુકર કાપવાને માટે સુના પુરની ગલીમાં અને મજગાંમ તથા મેહેમમાં જુદે જુદે ઠેકાણે જગાઓ હતી. સુનાપુરની જગા છેક વસતીની વચે આવેલી હતી અને જોકે દરરોજ કપાતાં ફુકરની સંખ્યા જુજ હતી તોયપણ આસપાસના રેહેવાસીઓને ગંધ ખમવો પડતો હતો. પણ એ સીવાએ મુસલમાન, પારસી અને હીંદુ લોકો ભોગ, ધરમની કીરીયા, ઇતીયાદી

કામને માટે જગેજગે અને ઘરેઘરે બકરાં મેંઢાં કાપતા હતા અને જો કે તે કોઈ કોઈ વેલા જોવામાં આવતું હતું, તોયપણ જાનવરનાં આંતરડાં અને બીજા ભાગો રસતામાં અથવા ખેતરોમાં નાખવામાં આવતા હતા અને તેથી ઘણી ગલીઓ થતી હતી. એ સઘળું હવે મુંબઈ શેઠેરમાહેથી કાહાડી નાખવામાં આવીયું છે અને મુંબઈથી ૮ માઈલને છેટે વાંદરાં ગામમાં આટકીવાર બાંધવામાં આવીયા છે અને તેથી મુંબઈ શેઠેરમાહેથી એક ગલીઓનું કારણ દુર થયું છે.

આટકીવાર દુર કીધાથી મુંબઈ શેઠેરમાહેથી એક બીજી ગલીઓ નું કારણ કમતી થઈ ગયું છે. જરે આટકીવાર મુંબઈમાં હતાં, તારે હજારોબંદ બકરાં, મેંઢાં, અને ગાયે શેઠેરમાં લાવીને એકઠાં કરી મુકતા હતા; એક નાહાની જગામાં ખીચોખીચ જાનવરોને રાખતા હતા, અને તેથી પુશકલ ગલીઓ થતી હતી; વલી જે જગા ઉપર જાનવરોને રાખવામાં આવતાં હતાં, તાંહાંજ લોકો રેહેતા પણ હતા, અને તેથી લોકોનો તનદરોસતીમાં પુશકલ બીગાડો થતો હતો. વસતી માહેથી એ પીડા હવે ઘણે દરજે નીકલી ગઈ છે.

પણ હજુર એક પીડા રહી ગઈ છે. ધરમને બાહાણે, આટકીવાર દુર લઈ ગયા પછી પણ પુશકલ બકરાં શેઠેરમાં કાપવામાં આવતાં હતાં, કાંયેકે તેથી તેઓને પઈસામાં ફાયદો થતો હતો; પણ જરથી એ વો કાયેદો કરવામાં આવીયો કે ધરમને કારણસર બકરાં વાંદરે જઈ ને ફીઈ આપીને ખરીદ કરવાં તારથી એ રીત ઘણે દરજે બંધ થઈ છે; તોયપણ હજુર લોકો ધરમાં તથા ખેતરમાં બકરાં કાપે છે, અને તેના આંતરડાં તથા બીજી ગલીઓ દુર કરવાની તેઓ કાંઈ પણ દરકાર રાખતા નથી, તેથી ગલીઓ થયા વગર રહેતી નથી. એ બાબદમાં સરકાર તરફથી કાંઈ પણ બંદોબસત થવાં જોઈયે. આંતરડાં અને બીજી ગલીઓ રસતામાં નાખીયાને બદલે તેઓને એકાદ જગામાં દાટવાની ફરજ પાડવી જોઈયે.

પારસી ઓરતોની દસતાનની વખતે ચાલચલણ અને માવજત.



ધરમના ફરમાનથી ઉલટી રસમ.

TREATMENT AND BEHAVIOR OF PARSEE WOMEN
DURING THE PERIOD OF MENSTRUATION.

પારસી લોકોની ઓરતો દસતાનની વેલા પોતાની હાલત સઘલા લોકોને, પોતાનો ધણી એટલું જ નહીં, પણ પોતાનો બાપ, ભાઈ, છોકરો તથા છોકરી, પારપડોશી, મોહોલેદાર, ચાકર નફર અને અંજાણાને જાણ કરીને જે શરમ ભરેલો દેખાવ દેછે, અને તેથી જે કુમલા મગજે ઉપર ખરાબ અસર થાયછે, એ સઘલી પીડા એક કોરે મુકતાં, દસતાનવાલી ઓરતની તનદરોસતી ઉપર હાલની રસમથી શું અસર થાયછે, અને તેઓ બેસમજથી કેટલી રીતે ધરમના ફરમાનથી પણ ઉલટાં ચાલેછે, અને તેથી તેઓને કેટલી હાંની પોહાયેછે તે બાબદ દરેક પારસીએ જાણવાની જરૂરછે. જો તેઓ દસતાન શુંછે તે ખરાબ રસમને અને તેની ખરી કેફીયતથી વાકેફ થાયેતા હાલ જે ઓરતો પીડાં ખંમેછે તે હજાર ઘણે તલી જાયે.

દસતાન એક કુદરતી બતાવછે. જે પરમાણુ ખોરાકને જોઈને મોહોડાંમાં લબ છુટેછે, તે હોજરીમાં ગયાંથી ગાસટરીક નામનો રસ પેદા થાયેછે, આંતરડાંમાં પીત અને બીજા રસો રેડાયેછે; જેમ લોહીને સાફ રાખવાને માટે પીશાબ અને પસીનો છુટો પડેછે; અને આંખ, નાક અને કાનના બંચાવને માટે આંશું, બલગમ અને મેલ પેદા થાયેછે; અને જો તે કામોમાં ખલલ પડેછે, તો ખોરાક જરી શકતો નથી, લોહી સાફ થઈ શકતું નથી અને આંખ, નાક અને કાનને ઇજા થાયેછે; તેજ મીસાલે જારે ઓરતો ભરજીવાનીમાં આવેછે તારે ઘર ભસથાન જે અતરે સુધી વગર કામ કરવે પડી રહીયું હું તેને કામમાં લાવવાને માટે કુદરત જાતે તેની તરફ લોહીના જોસો કરેછે, અને તે વખતે ઘરભસથાનની અંદરની સમાટીમાહેથા લોહીના જોસો પેદા

રથ નીકલેછે કે જોને આપણે દસતાન કરીને કહીયેછ, અને જો એ દસતાન પેદા થવામાં ખલલ પડેછે, તો ઘરભસથાન પોતાનું ખાસ કામ બજાવોને અશકત રહેછે.

દસતાન બહુ નેસના લોહીને મલતું આવેછે, પણ તે વધારે પતલુંછે, તે લોહીની મીસાલે બંધાઈ જતું નથી, તેનો રંગ વધારે કાલો હોયછે અને તેમાં કાંઈ પણ વાસ નથી; અને જો હોયેતો ધણીજ સેહેજ હોયછે. એ ઉપરથી સમજ પડશે કે જોકે તે લોહી નથી તોયપણ તે લોહીને મલતું આવેછે, અને જે રીતે પીશાબ, પસીના, થુક, નાકનો બલગમ ગલીચી કેહેવાયેછે, તેજ મીસાલે દસતાન પણ કેહેવાયે; પણ આંદાં અથવા કુલા માહેથી જતી રસી જે ખરેખરી ગલીચી કેહેવાયેછે તેથી તદ્દન જુદુંજછે; અને દરદી ગંધાતી રસી લાગાથી દરદ લાગુ પડવાની જે ધાસતી રહેછે તેવી ખાસીએત તેનામાં નથી.

દસતાન જતી વેલા ઘરભસથાનમાં લોહીનો જોસો થાયેછે અને તેથી ઔરતની હાલત હમેશની મીસાલે રહેતી નથી. પેહેલાં જરા નબલાઈ અને સુસતી લાગેછે, જરા મેહેનત કીધાથી જલદીથી થાક અહુડેછે, મીજાજ એએન રહેછે, કમરમાં દરદ થાયેછે, પીડમાં ભાર લાગેછે; અને દસતાનનો ખોલાસો થયા પછી એ સઘલી નીશાણીઓ જતી રહેછે. એવી દસતાનની હાલતમાં ઘરભસથાનના ભાગો નાજુક હાલતમાં રહેછે અને જેમ લાલ આંખ ઉપર રોશની પડીયાથી દરદનું જોર વધુ થાયેછે, તેમ એ ભાગોની હાલત થઈ જાયેછે; પણ દસતાન ગયા પછી ઘરભસથાનની હાલત બદલાઈને પોતાનું ખાસ કામ કરવાને તઈયાર થાયેછે.

ઔરતની દસતાનની વેલા એવી હાલત હોવાથી તેને ચોક્કસ માવજત કરવાની જરૂરછે. જોકે ઘરભસથાન દરદી હાલતમાં નથી, તોયપણ ઔરતની તે વેલા હાલત એવી થઈ જાયેછે કે જરા પણ બેદરકાર રહેયાથી તબીબેત બીગડી જાયેછે અને દરદના બી રોપાયેછે. ડાક્ટર કોપલાન્ડ દસતાનવાલી ઔરતની માવજત કરવા વીશે આ પરમાંણે લખી જાયેછે:—“એકાએક બીહીક, ગુસો અને સઘલી જાતના મનના જુસાથી દસતાન ઉપર અસર થાયેછે, કદાચ એકેદમ તે બંધ થઈ જાયેછે, અથવા પુશકલ પડેછે; સંગરાહ, ઉલટી, જુલાબ અને સઘલી જાતના લોહીને ઉકાલનારો દવા જેમકે દારૂ, ખરાનડી ઇ

તીયાદીથી નુકસાની થાય છે. એ વખતે એટલે જારે દસતાન કુદરતી તનદરોસત હાલતમાં જતું હોયે તારે થંડાં અથવા ગરમ પાણીએ ના હાવાનું અથવા પાણીમાં બેસવાનું અથવા પાણીમાં પગ બોરવાનું બંધ કરવું જોઈયે; પગને સરદી અથવા થંડી નહીં લાગે એવી સંભાલ રાખવી જરૂર છે અને પથર ઉપર અથવા થંડી સરદ જગા ઉપર અથવા જમીન ઉપર બેસવું નહીં જોઈયે. સઘલી જાતની પુશકલ મેહેનત, લાંબી મંજલ, અને ઘણોવાર ઉભું રહેવાથી પરેજ રહેવું; કાંયેકે તેથી દસતાન ઘણું જાય છે અને ઘરલસથાનને નબલું કરી ના બે છે. - જે ઓરતને ધાત જતી હોયે તેણીએ દસતાનની વેલા અથવા થોડા દાહાડા આગમન પચુકરીની દવા ખાવી નહીં જોઈયે. . . . જારે દસતાન પેહેલ વેહેલું દેખાવ દે તારે પણ એ સીવાએ બીજા મા વજતની જરૂર નથી. જે ઓરત નાજુક હોયે અથવા ઘરમાં જ ગંધાઈ રહેલી હોયે, તે બોલી હવામાં દરરોજ કસરત કરવાની જરૂર છે. દરરોજ નાસતો લીધાની આગમન અછી રીતે ચાલવાની કસરત કરવી અને એજ પરમાંણે દીવસમાં બીજા બે વખત કરવી. સાંકડા, ધીચ ઓરડામાં અને સાંકડા અથવા ધીચ રસતામાં સારો વખત કાહાડીયાથી અને તેથી પણ વધારે, નાહાના, નીચા, સરદ, ધીચ અને હવા વગરના ઓરડાઓમાં સુવાથી અને બોલી ચોખી હવામાં કસરત નહીં કીધાથી, શેહેરની રેહેવાસી ઓરતને દસતાનને લગતા મરજે લાગુ પડે છે.”

ડાકટર લોકાક કેહે છે કે “જે અકસમાત અથવા જાણી બુજીને જે ઓરતની એવી હાલતમાં સંજોગ થાય છે, તે જોકે હુમેશ નહીં તે થપણુ વારેઘડીએ એવી ચાલથી ઘણા ખરાબ પરીણામ નીપજે છે; ઘણું કરીને દસતાન પુશકલ છુટી જાય છે અથવા કોઈ વેલા તદ્દન બંધ થઈ જાય છે; અને તેથી કરીને તાપ, મગજ પવન, હીસતીરીયા, અને ઘેલાપણું થઈ આવે છે.”

ઓરત ૧૪ અને ૧૫ વરસની ઉમરે ભરજીવાનીમાં આવે છે અને તે વેલા તેને દસતાન માલમ પડે છે; કોઈ વેલા ૧૧, ૧૨ વરસે પણ દેખાય છે, અને તે ભરજીવાનીની શીરૂઆતની નીશાંણી દાખલ હોય છે. એવા પણ દાખલા માલમ પડીયા છે કે જાંઠાં ઘણીજ નાહાની વયેની ઉમરની છોકરીઓને પણ દસતાન જાય છે. ડાકટર કોપલાન્ડે

એક છ વરસની છોકરીને દસતાન ગયેલું જોયું હતું. ડાક્ટર અર ત્રીલ એથી પણ નાહાની ઉમરના ઘણા અનુભવે જોવા બીજાઓએ જોયેલા દાખલા લખી જાય છે.

દસતાન દર મહીને દેખાયે છે, કોઈને એથી પણ ઓછી મુદતમાં દેખાયે છે, એવા દાખલા જણાયેલા છે જાંહાં ઓરતોને દર પંદર દીવ સે દસતાન જાયે છે. દસતાન તરણથી તે છ દાહાડા લગી જાયે છે; કોઈ વેલા એથી પણ વધારે દીવસ જાયે છે; પણ ચાલુ ખાર, પંદર, વીસ દાહાડા સુધી દસતાન જાયે એવું કોઈની પણ અનુભવેશમાં જણાયેલું નથી. જેમ દસતાનની વેલા કુદરતથી જ ધરલસથાન તરફ લોહીના જોસો થાયે છે, તેજ મીસાલે ધરલસથાનની દરદી હાલતમાં પણ લોહી ના જોસો રહે છે અને તે વખતે ખરું દસતાન જતું નથી, પણ લોહી સાથે મલેલી ધાત જાયે છે, જેને ઘણા લોકો દસતાન કરીને ગણે છે અને તેવા લુલાવાથી જ ખરું દરદ હોય છે તેના તેઓને ખેવાલ આવતો પણ નથી અને તેથી દરદ લુલ અને બેદરકારપણાને લીધે વધી જાયે છે.

દસતાન ૪૫ થીતે ૫૦ વરસની ઉમરમાં બંધ થઈ જાયે છે; કોઈને એથી પણ જલદી અને કોઈને એથી પણ વધુ ઉમર પછી બંધ થાયે છે દસતાન બંધ થવાની વખતે ઓરતની હાલત ઘણી ખારીકોની આવે છે, એટલે એ વખતે કાંઈ પણ ખેસમન અથવા બેદરકારપણાને લીધે દરદો થઈ આવે છે. એ વખતે દસતાન બરોબર વખતે પડતું નથી; કોઈ વેલા ઘણા દાહાડા લગી દસતાન જ્યાં કરે છે, પણ ઘણું કરીને જે તરણ મહીના રહીને દેખાયા કરે છે અને પછી તદ્દન બંધ થઈ જાયે છે. એવી વખતે ઉપર જણાવેલી આવજત ઉપર વધારે ઘેવાન આપવાની જરૂર છે.

હવે પારસી લોકોની ઓરતોમાં દસતાન વીશે શું ખેવાલ છે, અને તેઓ તે વખતે કેવી આવજત કરે છે તે તપાસી જોઈએ. પારસી લોકોમાં દસતાન એક મોટી ગલીચી ગણાયે છે અને ધરમના ફરમાનને લીધે દસતાન વાલી ઓરતને કોઈ અડકતું નથી; અને એટલા માટે માએ પોતાની નાહાની વયેની દીકરીને પણ દસતાન વીશેની સમજ આપે છે. માએ જુવે છે કે દીકરી પુરતી વયેની થઈ એટલે તેને દસતાનની વારેઘડીએ તપાસ રાખવાની ભલામણ કરે છે. એવા ખેવાલો નાજુક મગજમાં ગયાથી ખેમાલુમ પુશકલ ખરાબી થાયે છે. આપણા લોકો

ની છોકરીઓમાં ૧૧, ૧૨ અને ૧૩ વરસમાં દસતાન નખા માંડેછે, તેઓને પરણવાના જલદીથી ખેયાલ આવેછે, તેઓ એમાં મુતવાલી નીરદોશ રમતીયાલ છોકરીઓને મદલે મોટી બધરીના જવા ચેહરા કરવા મંડી જાયેછે, તેઓને હીસતીરીયા અને એવા બીજા ચેરાધેલા મરજે લાગુ પડેછે, અને તેઓને ઘરભસથાનના દરદો નાહાનપણથી જ લાગુ પડેછે; એ સઘલાંનું મુલ કારણ જોશું, તો બચાંને દસતાનની સંભાલ રાખવા વીશે એતવણી આપવાની લુડી રસમ સીવાયે બીજી કાંઈ પણ કારણ માલમ પડતું નથી. વલી દસતાન વીશે એક બીજી ભુલ ભરેલો ખેયાલ એ છે કે, હરેક કાંઈ લોહી જીવી વસતુ ગઈ પછી તે દરદના સખબથી લોહી સાથે મલેલી ધાત હોયે, ઈયા ખરૂં લોહી પણ હોયે, પણ તેને તે દસતાન કરીને સમજેછે અને એવા ખેયાલથી દાહાડાને દાહાડા દુર બેસીને કાહાડેછે; અને દરદના કાંઈ પણ ખેયાલ લાવતી નથી. એક ઓરત એવા ખેયાલથી છ મહીના લગી દુર બેસી રહી હતી એવો દાખલો હમારી અનખાયેશમાં આવેલોછે અને દરેક ડાકટરને ખબર હશે કે એ ભુલ પારસી ઓરતોમાં કેટલી સાધારણછે અને ઓરતોને તેથી કેટલી ઈજા પોંહાંએછે કે જેનો ખેયાલ બી ચારો ઓરતને આવતો નથી પણ માતર ડાકટરજ સમજી શકેછે.

એક દસતાનવાલી ઓરતનો દેખાવ જીવો ! ઘરને ભોંળેતલીયે, ઘણું કરીને દાદરની હેઠલ, સરદ જગામાં, જાંહાં ઘણું કરીને ઘેરાયેલો ગલીચ પવન કુકેછે, એવી જગામાં એક લોહાડાંની ઢોલકી ઉપર માતરે એક પતલો ચારસો અથવા ચાદર પાંથરીને, વગર બીછાને, વગર તકીયે, વગર ઓઢણે પડી રેહેછે; ઘણી વેલા તેની સારી, તેનો પોશાક, તેનું ઓઢણું અથવા તકીયો પણ થાયેછે. તે સઘલાંથી દુર રેહેછે, તે કસાંને અડકતી નથી અથવા કોઈ તેને અડકતું નથી. જાંહાંસુધી દસતાન અથવા તેને મલતી રસી જાયેછે તાંહાંસુધી તે દુર બેસી રેહેછે. જારે દશ બાર કલાક લગી કાંઈ પણ એવી નીશાણી માલમ પડતી નથી એટલે તે આંગ ધોવાની તબવીજ કરેછે; અને એ વખતે જેટલો તેઓ માફો અને શરમ ભરેલો દેખાવ દેછે તેવો બીજી કોઈ પણ હશે નહી. વાડાની પાસે મોરી હોયેછે; તે વારેઘડીએ ઉપરથી અને બાજુએથી ઉઘાડી હોયેછે, તાંહાં પોતાનું પેહલાં આંગ અને કપડાં ધુવેછે; પછી ભીનાંને ભીનાંજ કપડાં પેહરીને ઢોલકી તથા તાંહાં

ની જગા ધોવાને માટે જાયેછે. એ વખતે મલાજો, મરીયાદા, શરમ એ સઘળું એક ઢેકાણું રેડેછે ! તે જગા સાફ કીધા પછી પાછી આંગ અને કપડાં ધોયેછે અને વલી ભીનાંને ભીનાંજ કપડાં પેહેરીને માર ઉપર ચાલી જાયેછે. ઘણી વેલા એવી હાલતમાં દાદર ઉપર મરદ અને ઓરત સાંમે સાંમું થઈ જાયેછે ! માર ઉપર પોતાના ઓરડામાં જઈને વલી ફરીને આંગ ધુવેછે અને પછી ધોતાં કપડાં પેહેરીને ઘર બારના કામમાં વળગેછે.

હવે દસતાનવાલી ઓરતની ઉપર જણાવેલી માવજત સાથે આ રીત તપાસતાં કેટલો ફરક માલમ પડેછે. ભોંયેતલીયાની જગા હમે શાં ગલીચ હોયેછે, તે સરદ અને થંડી હોયેછે; તાંહાંની હુવા ઘણું કરીને ગલીચ હોયેછે; અને ઉપર જણાવીયું તેમ, “નાહાના, નીમા, સરદ, ધીમ અને હુવા વગરના ઓરડામાં સુવાથી અને ખોલી-ખોખી હુવામાં કસરત નહી કીધાથી, ઓરતને દસતાનને લગતા મરજો લાગુ પડેછે.” વલી હાલતી રસમ પરમાણે આંગ ધોયાથી અને આંગ ઉપર ભીનાં કપડાં રાખીયાથી બદનને સરદી પોહાયે, તાપ આવે અને તરેહુવાર દરદો લાગુ પડે તેમાં કાંઈ નવાઈ નથી.

હવે, એ દસતાનને લગતી સઘલી માવજત ધરમને બાહાણે કરવામાં આવેછે. જરથોસતી ધરમમાં દસતાનવાલી ઓરતની માવજત વીશે શું આવેલુંછે, તે તપાસી જોઈયે. એ વીશે વંદીદાદની આખી ૧૬ મી પરગરદ રોકાયેલીછે; † તેમાં ખોલી રીતે જણાવેલુંછે, કે દસતાનવાલી ઓરતને માટે ડાંચી અને સુકી જગા પસંદ કરવી (વ૦ ૫, ૬ અને ૭). વલી દસતાન કેટલા દીવસ લગી જાયેછે તે વીશે આ પરમાણે જણાવેછે. જો તરણ રાત ગયા પછી પણ એક ઓરતને દસતાન માલમ પડેતો, તેણીએ ચાર રાત સુધી દુર બેસવું, અને જો હજુર દસતાન દેખાયા કરેતો પાંચ, છ, સાત, આઠ અને નવ રાત સુધી દુર બેસવાને માટે ફરમાવેછે અને નવ રાત પછી જો તેવી નીશાણી માલમ પડેતો સમજવું કે તેમાં દેવનું કામછે; (એટલે તે હવે દસતાન નથી પણ દરદી હાલતછે) અને તેને માટે શું ઉપાયે કરવો તે સમજાવેછે (વ૦ ૨૧ થી ૩૦ લગી). જરથોસતી ધરમમાં દસ

તાનવાલી ઓરતોને કામકાજથી દુર બેસવા કહેછે, તેમાં બેવડું દાહાપણ જણાયેછે; પેહેલાં તે ઓરત એવી હાલતમાં ધરખારનું કામકાજ કરવાને અશક્ત રહેછે અને તેથી તેને આશાયેશની જરૂરછે. દુર બેસવાથી સંજો ગથી દુર રહેવાની મતલબ જલવાયેછે; અને તેનું કારણ ડાકટર લોકાક ના બોલોમાં ઉપર જણાવીયુંછે. પણ જરથોસતી ધરમમાં દસતાનવા લી ઓરતને અડકવા વીશેની જે મનાઈ જણાવીછે તેનું કારણ બરાબર સમજ પડી શકતું નથી; કાંયેકે દસતાનવાલી ઓરતને અડકીયા થી કાંઈ ગલીચી લાગતી નથી અથવા કાંઈ બુરો મરજ ઉડતો નથી. પણ જો દસતાનને ગલીચી સમજીને ઓરતને દુર બેસવા ફરમાવીયું હોયેતો કેટલાંએક દરદવાલાંઓને મરદ તેમ ઓરતને તે પરમાણે દુર બેસવું પડે તેના બેયાલ થઈ શકતો નથી. દસતાનવાલી ઓરતને અડકવાની મનાઈથી એટલો ઘેરફાયેદો થાયેછે કે જરે તે આજરી હાલતમાં આવી પડેછે તારે તેની મેનીજ બરાબર થઈ શકતી નથી. વલી જરથોસતી ધરમમાં સુકી ઉંચી જગા ઉપર બેસવાને માટે તથા નવ રાત પછી વધારે લગી દુર નહીં બેસવાને માટે જે ફરમાન કીધુંછે તેમાં પણ મોટું દાહાપણછે, અને એટલું ફરમાન હોવા છતાં પણ પારસી લોકોના ભોલી ઓરતો ખોટા વાચાર રાખીને ખોટી રસમ પરમાણે ભોંયેતલીયે ખરાબ હવામાં અને સરદ જગામાં બેસે અને દરદને દસતાન સમજીને મહીનાને મહીના એવી જગામાં કાહાડે એ ઘણું અફશોસ કરવા જોગછે.

બચાંની તનદરોસતી.



બચું જનમીયા પછી તરતની માવજત.

HEALTH OF CHILDREN:—
MANAGEMENT IMMEDIATELY AFTER BIRTH.

શીરીનબાઈ અને તેવણની બેહેનપણીઓ એકઠાં મલેલાંછે અને ગઈ વખતે ડાકટરે કહી સંભલાવીયું તે ઉપર વાતો કરેછે.

શી૦—આપણા પેહેલા માર ઉપરની સુનાઈ દશ દાહાડા થયા વેપાઈછે, અને તે વખતે મેં દાઈ કેવી રીતે મેનીજ કરેછે તેનો મારો ઘેયાન રાખીને જોયા કીધો; અને મને લાગું કે કેટલીએક રીતે દાઈ પોતાના ધારા પરમાણે કરતી હતી. મેં દાઈને ડાકટરના સમજાવીયા પરમાણે મેનીજ કરવાને માટે જરા ઇસારો કીધો, પણ તે ઉપરથી તે એટલીતો ફફરી પડી અને મારી સાથે વહુડવા લાગી કે તદ્દન હું સુ પ રહી ગઈ. વલી બીજાં બઈરાં પણ અસેમસે જોલવા લાગ્યાં કે “હા, હુમુને ખબરછે કે હવેતો બઈરીએ મોટીંગ ભરેછે અને ડાકટર આ વીને તેઓને ડાકટરપણું સીખવો જાયેછે; હવે બઈરીએ પણ ડાકટર થઈને નીકલશે તે બધી ખબરછે. બીચારી આ દાઈએ આજ ૪૦ વરસ થયાં કાંઈ હજારો બચાંની મેનીજ કીધી હશે ને હવે ડાકટરના સમજાવીયા પરમાણે દાઈની ચુક કાહાડવા નીકલીયાંછ. મુગાં મુગાં કાંઈ પોતાનો કામ ધંધો કરવો હોયેતો કરો અને એવો લાહેરી મુકી દેવો.” મારોતો છેકજ માંજળ ગયો હતો, પણ હું સમજું કે એવી અનધડ બાઈએ સાથે તકરાર કરવામાં કાંઈ વલવાનું નથી; કરીને તાંહાંથી ખીસતી થઈ.

બાનુ૦—(હસીને) તમુને આ પેહેલ વેહેલો ધડોતો ઠીક મલીયો !

શી૦—પણ, પેયારી બેહેન, એથી કાંઈ હું દબી જવાની નથી. મારેથી જોટલી કોશેશ બનશે તેટલી કરવાને ચુકશ નહી.

એવામાં ડાકટર આવી પુગા અને વાત ચાલતી હતી તેનો સાર ડાકટરને કહી સંભલાવીયો. ડાકટરે શીરીનબાઈને તેવનની ઉલટને માટે શાખાસી આપી અને બીજી બેહેનપણીઓને પણ તે પરમાણે ચાલવાને માટે ભલામણ કીધી.

ડા૦—અ પણ ગઈ વેલા કાંહાંથી અધુર મુકીયું હતું, વાડું ?

શી૦—તમે એમ સમજાવીયું હતું કે બચાંના જનમ પછી ચાર કલાક લગી કાંઈ પણ ખોરાકની જરૂર નથી; અને જો બચું ધાવે નહી અથવા માએ હજુર અશક્ત હોયેતો બીજા ચાર કલાક કાહાડી ના ખોયા હોય તોય પણ કાંઈ ફીકર નથી. એ પછી પણ જો માએ ધવા ડી શકે નહી અથવા બચું થાન ખેંચી શકે નહીતો તરત જોલ પાણી પાત્રું અથવા એરંડીયું તેલ ચટાડવું.

ડા૦—બરાબર; અહીં તમારી આગલ માએ તથા બચાં વીશે બે

બોલ કહી સંભલાવા માંગું છું. જે માએને પેટે બચું અવતરે, તે માએને બચાંને ધવાડવા આવડતું જોઈયે તેમાં કાંઈ શક નથી; પણ હું દલગીરીથી જાણાવું છું જે મારી અજમાયેશ પરમાણે કેટલીએક માએને બચાંને ધવાડતાં આવડતું નથી. આપણા લોકોમાં તેર ચઉદ વરસની છોકરી માએ થઈ નીકલેછે, તેઓ માએ તરીકેનું કામ અને ફરજ સમજી શકતાં નથી; તેઓને બચાંને પકડવાની અને ધવાડવાની ઢપછપ આવડતી નથી અને તેથી જારે બચું ધાવી શકતું નથી, તારે તે પછવાડે કોશેશ અને મેહેનત લીધાને બદલે કંટાળો ખાઈને બોલેછે કે “બચાંને ધાવતાં આવડતું નથી તે હું શું કરું.” પણ બરાબર જોશોતો વાંક ઘણુંકરીને માએનોજ હોયેછે; બચાંને કુદરતથીજ ધાવતાં આવડેછે, તેને કાંઈ સીખવવાની જરૂર નથી; પણ જારે માએને ધવાડતાં આવડે નહી, તારે બચાંથી ધાવવાને બની શકે પણ નહી.

શી૦—પણ ડાક્ટર, મારા તરીજ છોકરાની વખતે મેં ધવાડવાની ઘણીબી કોશેશ કીધી હતી પણ બચું ધાવી શકીયું નહી; અને તે કાંઈ મારી બેસમજને લીધે કેહવાયે નહી, કાંયેકે મારાં આગલાં બે બચાંને મેં પોતે ધવાડીયાં હતાં; પેહેલાં બચું ધાવી શકીયું નહી તેનું કારણ સમજ પડ્યું નહી, પછી હમારા ડાક્ટરને પુછીયાથી તેવણે બચાંની જીભ તપાસી જોઈ અને માલમ પડીયું કે બચાંની જીભ દોરાથી બેંચાઈ રહેલી હતી. ડાક્ટરે તરત દોરો કાતરવટી કાપીયો અને પછી એક બે દાહાડામાં બચાંએ બરાબર ધાવવા માંડીયું.

ડા૦—ખરી વાતછે, હું તે તમને કેહેવાનો હતોજ અને તમે જીવી તમારાં બચાંની વાત કરવા માંડી તેવો હું તરત સમજી ગયો કે માઈં ધારેલુંજ તમે બોલશો અને તે પરમાણેજ થયું. હા, બચાંનો જીભની હેઠલ કોઈ કદાચ એક ખારીક દોરો છેક જીભની અણી લગી આવેછે અને તેથી જીભ ટુકી રહેછે. ધાવવાને માટે બેઉ હોટ અને જીભનું કામ પડેછે; જીભ વગર હોટોથી ધવાઈ શકાતું નથી, અને જારે જીભ ટુકી હોયેછે તારે એ મતલબ પાર પડી શકતી નથી; અને તેથી બચું ધાવી શકતું નથી. એવી વખતે જીભને લાંબી કરવાને માટે એ દોરો કાતરી નાખવાની જરૂરછે; પણ ડાક્ટર સીવાએ કોઈએ પણ એ દોરો કાતરવાની તનવીજ કરવી નહી. તમે ઘણી વેલાં બચું હશે કે તમારી જીભની હેઠલની બાજુએ બે મોટી બહુ નેસ આવીછે.

એ દોરો કાતરતી વેલાએ નેસો નહી કપાયે તેની સંભાલ લેવાની જરૂર છે. જો એ નેસ કપાયેછે તો લોહી બંધ કરવાનું સેહેલ નથી. જો મ એક કોરાં વણેલાં કપડાંને ફાડવાને માટે પેહેલાં કાતરનો જરા અપકો સુકવાની જરૂર છે અને પછી તે સેહેલથી ચીરાયેછે, તેજ મીસાલે એ દોરાને કાતરવતે જરા અપકો સુકવાની જરૂર છે અને પછી તે હાથ વતે જલદીથી ચીરાઈ જાયેછે.

પણ બચાંથી ધવાઈ શકાતું નથી તેનું એક બીજું કારણ છે. આ પણ લોકોને તંગ ચોલી અને કાંચરી પેહેરવાની ટેવ છે. જો હમેલની વેલા પણ એ પરમાણુ પેહેરીયા કરેતો થાનની ખોતરા અંદર બેસી જાયેછે, અને તે પછી બચાંના મોહોડાંમાં ખોતરી બરાબર નહી આવવી શકીયાથી બચાંથી ધવાઈ શકાતું નથી.

બાનુ૦—મને વીચાર આવેછે કે જો માએ પોતાની અથવા બચાંની ખામીને લીધે ધવાડી શકે નહીતો પછી થાન કુધથી ભરાઈને તનાઈ આવેલા વગર રહે નહી અને મેં એક છોકરીને જોઈ છે કે જેનું એ કારણથી થાન સુઝી આવેલું હતું અને તેમાં પડે બંધાયેલી તે ઘણી હેરાન થઈ હતી; જારે એવું હોય તારે ઉપાયે શું કરવો વાડે ?

હા૦—હા, મેં ઘણી જુવાન છોકરીઓના થાન એ કારણોને લીધે સુઝી આવેલાં અને તેની શંભાલ નહી લાખાથી તેમાં પડે બંધાયેલાં જોયાં છે; અને તેઓની હેરાનગતીનો ખેવાલ થઈ શકતો નથી. જો તેઓ જરા સાદી સમજણ રાખેતો એટલી પીડા કદા પણ ખમવી પડે નહી. જેવું માલમ પડ્યું કે થાનમાં કુધ એકઠું થવા માંડેછે અને પોતાનું બચું ધાવી શકતું નથી, એટલે તરત કોઈ બીજાના છોકરાંને, છ અથવા આઠ મહીનાનું હોય તેને ધવાડવું; જારે થાન જરા પણ કઠોણ હોયેછે એટલે તરતના જનમેલાં બચાંથી તે ખેંચાઈ શકાતું નથી; જો જરા મોહોટું છોકરું પેહેલાં ધાવેતો થાન નરમ પડે, ખોતરી પણ બાહર નીકલે અને પછી તે નાહાનું બચું ખેંચી શકેછે. જો કોઈ મોટું બચું મલી શકે નહીતો પછી કુધ ફાડાડવાનું હથીયાર આવે છે તે વાપડવું.

શી૦—(પોતાની કબટ ઉઘાડીને) જુવોની ડાકટર આવે કુધ ફાડાડવાનું હથીયાર છે કે ?

૬૧૦—હા, આ હથીયાર પચુકરીના આકારમાં છે. હવા ખાલી થયાથી થાન માહેથી કુધ નીકલે છે. પણ, એ કરતાં પણ એક બીજું સવલ શીશીના આકારમાં હથીયાર આવે છે તે ફરીથી જરે હું આવશ તે વખતે હું સાથે લેતો આવશ અને તેની સમજણ આપશ.

પણ, થાન સુઝી આવવાનું કારણ એક બીજું પણ છે. ઘણી મા તબર ઈંગરેજ ચોરતોમા એવી રીત પડી ગઈ છે કે પોતાના બચાને પો તે ધવાડે નહી, પણ જેવું બચું જનમીયું એટલે એક પારકી ચોરત ધ વાડનારીને સોંકી દે છે. તેઓ ઘણા કરીને લાડકવાયાં રહે છે, તેઓને ફરવા હરવા, સહીઓને ભેટવા, નાચ બાલમાંતો જવું જોઈયે, અને જરે તેઓ બચાને ધવાડવાની મેહેનત લેતો પછી તેવું કરવાને બની કેમ શકે ! એ કારણને લીધે તેઓ પોતે બચાને ધવાડતાં નથી; પણ તેથી તેઓના હાલ કેવા થાય છે ? થાનમાં પડ, અને પાઠાં, ખડીના મરજ, અધુરે મહીને પડતાં બચાં, ઈતીયાદી દરદો તેઓમાં ઘણાં સાધા રાણ છે અને તેથી તેઓની છાંદગી ઘણી ટુકી થઈ જાય છે. એવીજ રીત હાલ આપણા માતબર લોકોની ચોરતોમાં પડવા માંડી છે.

શી૦—તમે કહો છો તે ખરી વાત છે; મેં એક બે ગમ એ પરમા જી કરતાં જોયું છે; પણ મને તે વખતે એવો ભયંકાર વીચાર કદી પણ આવ્યોયો ન હોતો. તમારા સમજાવીયા પછી મને લાગે છે કે જે માએ પોતાને કુધ હોવા છતાં પોતાના બચાને પારકી ધવાડનારીને સોંકે છે તે ખરેખર ચંડાલ હોય છે.

૬૧૦—પણ એટલું સૈતાશકારક છે કે એવા દાખલા ઘણા જીવ જોવામાં આવે છે; પણ બીહોક લાગે છે કે રખેને એકકની દેખાદેખીથી આપણા લોકોમાં એવી રસમ સાધારણ થઈ પડે.

વારૂ, બેહેનો, હવે હું રજા લેઉં છું.

મુંબઈમાં ચાલુ રોગ.

તાપ—નીશાણી અને ઉપાયે.

PREVALENT DISEASE IN BOMBAY.

FEVER; SIGNS, NATURE, AND TREATMENT.

ગયાં આંકમાં જણાવીયું હતું કે તાપનો રોગ જે હાલ મુંબઈ શે હરમાં લાગુ પડીયોછે તેનું મુલ કારણ મલેરીયા નામનું જીંદર છે. એ જીંદરને દફે કરવા અથવા તેનું જોર નરમ કરવાના ઉપાયેની સમજણ આપી હતી. એ ઉપાયે કામે નહી લગાડીયાથી તાપનો રોગ ચાલીયો જાયેછે અને જાંઠાંસુધી કામે નહી લગાડશે તાંઠાંસુધી ચાલીયા કરશે તેમાં કાંઈ શક નથી.

પણ જોરે માણસના હાથમાં ઉપાયે હોવા છતાં જેસમજ અથવા એવકુશી અથવા હાડીલાઈને લીધે દરદ લાગુ રહે, તારે બીજી વાત એ જ રહી કે તે દરદનો ઉપાયે કરવો. તાપનો રોગ એટલોતો સાધારણ છે કે કોઈપણ માણસ એથી બાકી રહીયું હોયે એવું લાગતું નથી, અને દરેક જણ તેની એટલીતો અજમાયેશ કરેછે કે ઘણી વેલા તેથી નબરવસ રહીને તરત ઉપાયે કરવાનું ઘણા લોકો માંડી વાલેછે, અને જોરે પોતાની મેલે અથવા સેહેજ સાહાજ ઉપાયે કાંધાથી કાંઈ વલતું નથી તારેજ તેનો બરોબર ઉપાયે સોધેછે; દરએક જણ તાપનો ઉપાયે કરવાનું જ્ઞાન ધરાવેછે અને જાણે તે વીચાર નહી કરવા જોગ સેહેજ મરજ હોયે એવું ગુમાન લેઈ જાયેછે; અને તોયપણ પુશકલ મરજો તાપના રોગથી નીપજેછે. એ ખેયાલ તેઓને અચરતી ઉપજાવીયા વગર રહેશે નહી, જે સેહેજ મરજ ગણવામાં આવેછે તે વારેઘડી એ જોર પકડેછે અને નહી ધારે તેની આગમજ તે જાનની ખરાબી કરેછે. એટલા માટે દેખઈતા નજવા મરજથી બેપરવાહુ રહેવું ઘણું ધાસતી ભરેલુંછે; અને દરેકને તેની પીછાન, તજવીજ, અને ઉપાયેથી માહીતગાર હોવું જોઈયે.

મલેરીયાનું જીંદર લાગુ પડીયા પછી તરત તાપનો રોગ દેખાયેછે એવું વીચારવું ગલત છે. જે શખસ મલેરીયાની જગા ઉપરથી આવી

યા પછી તાપ તરત નહીં આવીયાથી એવું સમજે કે તે બંધી ગ
યોછે તે જુલ કરેછે. મલેરીયાની જગા ઉપર ગયેલા માણસોમાં તેનું
જેહેર એકસરખી રીતે લાગતું નથી, પણ દરેક જણ ઉપર જુદી જુ
દી અસર કરેછે; એક જણને તરત જોરથી તાપ આવીને મળે પવ
ન થઈને તે ધાસતીમાં આવી પડેછે; બીજાને મલેરીયાનું જેહેર લાગુ ર
હેછે, અને તાપ ઘણા દાહાડા અથવા મહીના અથવા વરસો લગી
આવીયા કરેછે; તરોજાને એક બે દાહાડા સેહજ તાવ આવીને
રહી જાયેછે અને એથો તદ્દનજ બંધી જાયેછે. એવું માલમ પ
ડીયુંછે કે જે તને અને મને જોરાવર હોયેછે તેની ઉપર એ જેહે
રની અસર જલદીથી લાગુ પડી શકતી નથી; પણ જો થોડી મુદ્દ
ત રહીને કાંઈ કારણથી તે નબલો થાયે, અથવા તેના મન ઉપર ઉદ્દા
સી અને સુસતી લાગુ પડેતો તરત તેને તાપ આવીયા વગર રહેતી
નથી. વલી જે શખસને એક વખત તાપ લાગુ પડી તો તેને જરા
પણ કારણથી ફરીથી તાપ આવીયા વગર રહેતી નથી.

ઘણા જણને તાપ આવશે એવું આગલથી માલમ પડી આવેછે.
પેહેલાં જરા નબલાઈ, સુસતી લાગેછે અને કાંઈ કામ કરવા ગમતું ન
થી; તે પછી બદન મંડાયેછે, અવાચી આવેછે અને ખરડાના કાંઠા આ
ગલથી લખલખું ભરાયેછે. એવામાં એહેરો ફીકો થઈને સોહોરાઈ
જાયેછે, બદનની ચામડી સુકી અને ખલરાએલી થઈને રૂએરૂઆં ઉ
ભાં થાયેછે. પછી લખલખું આખે બદને ભરાયેછે, દાંત કકરાયેછે,
આખું બદન ધુજેછે; હોટ, ગાલ, કાન અને નખ બહુ રંગના થઈ
જાયેછે; જીભ સુકાયેછે, માથું કુખવા માંડેછે; પેટ કબજ થઈ જાયેછે,
પીશાબ વારેઘડીએ લાગેછે પણ થોડી થાયેછે.

એવી હાલત અરધા કલાકથી તે એક, બે, ત્રણ, અને કદાચજ
૨ કલાક લગી રહેછે અને તે પછી તદ્દન તેથી ઉલટી અને જુદીજ હાલ
ત થઈ જાયેછે. લખલખું જરા નરમ પડવા માંડેછે એટલે પેહેલાં માં
થું અને ગરદન ગરમ થવા લાગેછે. આસતે આસતે લખલખું તદ્દન
નરમ પડીને ચામડી જે આગલ થંડી અને ખલરાયેલી હતી તે પા
છી સુખારી અને અસલની ગરમી ઉપર આવેછે અને એહેરો અને
બદન જે સોહોરાઈ ગયું હતું તે પાછું અસલી હાલત ઉપર આવેછે.
પણ એટલું થઈને અટકી રહેતું નથી પણ બદનની ગરમી વધવા માંડે

છે, એહેરો લાલ થઈને લોહીથી જાણે ભરાઈ આવેછે, આખા બદનની આમડી સુકી, ગરમ આતસ જેવી થાયેછે, આખો લાલ થઈ આવેછે, માથું સખત ફુપેછે, ઘણી વેલા માથાંમાં ઠોંસા મારેછે, જીભ સુકાયેછે, તરસ લાગેછે અને પુશકલ બેચેની પેદા થાયેછે. બરડો ફાટકુટ થાયે છે, ગુરા અને પગ નીપરાઈ જાયેછે.

એ હાલત તરણ ચાર કલાકથી તે આઠ દસ કલાક સુધી રહેછે; અને પછી વલી જીદીજ તરેહનો અખતરો થાયેછે. જે આમડી સુકી અને ગરમ આતસ જેવી હતી તે નરમ અને સુવાલી થાયેછે, પેટેલાં ની દાર અને એહેરા ઉપર અને પછી આખા આંગ ઉપર પસીનો છુટેછે, તે સાથે બદનની ગરમી તદન નરમ પડી જાયેછે, સુકી જીભ પાછી ભીની થાયેછે, તરસ લાગતી નથી, કમર ફાટ થતી નરમ પડેછે, બેચેની જતી રહેછે અને છેલ્લે જરા નબલાઈ સીવાએ કાંઈ પણ તાપની નીશાણી રહેતી નથી.

એ પરમાણુ કાંઈ અન્ય તરેહનો અખતરો માણસ ઉપર ચાલી યો જાયેછે; પણ તે એટલોતો સાધારણ છે કે કોઈને તેની અજાણ્યતાના ખેચાલ આવતો નથી. જો કદાચ તાપનો મરજ કોઈ વેલાજ છુટો છવાયો માલમ પડતો હોતે, તો લોકો તેના ચીનહો અને અખતરાથી ધભરાઈ જતે; કે આ શું મુસીબત છે ? કે એક વખત સાડું આંગ થંડું પડીને અમકની મીસાલે ધુનવા માંડેછે; વલી થોડા વખતમાં સાડું આંગ ગરમ આતસ જેવું થઈ જાયેછે, અને વલી થોડા વખતમાં આંગ માહેથી-પુશકલ પસીનો છુટેછે; અને થોડા કલાક અગાઉ જે ઘભરાટ અકલામણ હતી, તે તદન નીકલી જઈને જાણે કાંઈ થયું હોયે નહીં એવું બની જાયેછે. એ કાંઈ શું થોડી અચરતી ઉપજાવે એવું છે ? કુદરતમાં એવો અન્ય અખતરો બીજો કોઈ પણ નથી. અને વલી તે સાથી બનેછે ? બદનમાં એક જોર પસાર થયાથી; જેને કોઈયે જોયું નથી અથવા પારખીયું નથી. અને તે જોરની શું અસર થાયેછે ? કેટલાં માણસો પોતાના જાતી કુવતથી તેની અસર થવા દેતાં નથી; કેટલાંઓ ઉપર તેની અસર જલદીથી થઈ જાયેછે. જો જોરનું પરમાણુ (dose) થોડું હોયેછેતો ઉપર જણાવેલી અસર થાયેછે અને થોડા દીવસમાં પોતાની મેલે અથવા દવા દારૂ કીધાથી માણસ પોતાની અસલી હાલતમાં આવેછે; પણ જો એ જોર વધુ લેવામાં આ

વેછે, તો માથે પવન, કલેજાનું દરદ અથવા બીજાં બીકટ દરદો લાગુ પડીને થોડા વખતમાં જાનની ખુવારી થાયછે. વલી ઘણા જાણુને એ જાહેર વારેઘડીએ લેવાથી તેની અસર કમતી થવા માંડેછે, એટલે જમ અફીમ, સોમલનું ખમીર થાયછે, તેમ એ જાહેરનું પણ ખમીર થાયછે; પણ જમ સોમલ તથા અફીમના ખમીર છતાં બદન ઉપર આસતે આસતે ખરાબ અસર થાયછે, તેજ મીસાલે એ જાહેર આસતે આસતે તન અને મનની ખરાબી કરેછે, અને એવી અસર મલેરીયાના વનમાં વસનાર ઉપર જોવામાં આવેછે. તાંહાંના લોકોનું કદ નાહાનું હોયછે એટલે કુદરતી વધ થતાં અટકાવ થયેલો હોયછે; તેઓ ના એહેરા ફીકા, પીલા અને બેસી ગયેલા હોયછે, અને જાણે જુવાની માંજ બુઢા દેખાતા હોયે એવા થઈ જાયછે; બચાં વટીકનો દેખાવ એ વો થાયછે; અને તેઓની અકલ બુધી પણ કમતર હોયછે.

પણ એ જાહેરની અસર એ મીસાલે શા માટે થાયછે ? જમ એ ક માણસને ઘણી સરદ જગામાં કાંઈ પણ તે માહેથી બંચાવ કરવાના બંદોબસત વગર મુકીયો હોયે અને તેથી તેની આમડી તરફથી લોહી ઉડી જાયે એટલે તે અંદરના ભાગોમાં દોડી જાયે અને તે કાંપવા ધુનવા માંડે, તેજ મીસાલે એ જાહેરની પેહેલવેહેલી અસર થાયછે; એટલે આંમડી તરફથી સઘણું લોહી અંદરના ભાગોમાં દોડી જાયછે, અને સઘલા પેદા થતા રસો બંધ પડેછે, લબ છુટતી નથી અને તેથી જીભ સુકાઈ જાયછે, ગાસતરીકજીસ છુટતો નથી અને તેથી ભુખ જતી રેહેછે, પીત અને આંતરડાંના રસો બંધ પડીયાથી પેટ કબજ થઈ જાયેછે, પસીના બંધ પડીયાથી આમડી સુકી થઈ જાયેછે અને એજ મીસાલે પીસાબ કમતી થાયછે; પણ એ અસર ઘણોવાર લગી રેહેતી નથી. જમ આપણો હાથ અરધો કલાક લગી થંડાં પાણીમાં બોરી રાખીયે અને પાછો બાહર કાહાડીયા પછી થોડાવારમાં ગરમ થઈ આવેછે, તેજ મીસાલે, અંદર ગયેલું લોહી પાછું બાહર આમડી તરફ દોડી આવેછે અને તે એટલા જોસથી આવેછે કે જ્યથી આમડીને ગરમ કરી નાખેછે; એ ગરમી કાંઈ લોહીની ગરમીથી વધુ નહી હોતી; એ વખતે પણ લોહીનો જોસો જમ પેહેલાં અંદરના ભાગોમાં થયો હતો તેમ હુમણા આમડી ઉપર આવીયાથી સઘલા રસો બંધ રેહેછે. એ અસર પણ થોડોવાર લગી રેહેછે અને પછી કુદરતથીજ લોહીનું ફર

વું સમાધાણ થાયછે, આમડી નરમ પડેછે, સઘલા રસ પાછા પ્રેદા થાયછે, તેથી પસીના છુટેછે, મોહોડું હવે સુકાયેલું રહેતું નથી, જરા બુખ લાગેછે, પોશાખ છુટેછે અને સઘલી રીતે આરામ આલમ પડેછે. પણ જરે કોઈવેલા લોહીના જોસો એ કરતાં પણ વધારે થાયછે, તારે અંદરના ભાગોમાં દરદ થઈ આવેછે અને તેથી કરીને સમાધાની ઉપર આવવાને વીલમ લાગેછે. પણ એ જઠરની અસર બદન ઉપર આ મીસાલે શા માટે થાયછે તેનો જવાબ અપાઈ શકાતો નથી. સો મલ અને અફીમ ખાધાથી માણસ શા માટે જરી જાયછે, તેની અસર બદન ઉપર શા માટે ખરાબ થાયછે, તેનો જવાબ જેમ આપણી પાસે હાલ નથી તેમ મલેરીયા જઠરની એવી અસર શા માટે થાય છે તેનો પણ જવાબ નથી.

પણ મલેરીયા જઠરની અસર વલ્લી સઘલાં બીજાં જઠરોથી ચોર તરેહનીછે. કોલારો, સહીયડ, ગોવટ્ટ અને બીજાં જઠરની અસર એક વખતમાં જણાયેછે અને એકદમ તેની આએ તર કે પેલીતર જે પરીનામ નીપજવાનું હોયછે તે વગર ઢીલે નીપજેછે; પણ મલેરીયાની અસર તદન જીલ્લ તરેહનીછે. થોડો વખત લગી તેની અસર થાયછે, પછી તે થોડો વખત લગી તદન નાબુદ થઈ જાયછે અને જો તિવામાં કાંઈ ઉપાયે લીધા નહીતો તે અસર પાછી લાગુ પડેછે અને હીનપરદીન તેજ મીસાલે થયા કરેછે; જાણે કુદરતથીજ એતવાણી મલતી હોય કે જો તેનો ઉપાયે થશે નહીતો પાછી તેવીજ અસર થયા વગર રહેશે નહીં; અને તેજ પરમાણે બનેછે. મલેરીયા તાપની એવી ખુબીછે કે તે એક દાહાડામાં થોડો વખત લગી આવીને નોકલી જાયછે, પણ બીજા દાહાડે તેજ વખતે અને ઘણી વેલા તેજ કલાક અને ઘડીએ પાછી તેજ મીસાલે લાગુ પડેછે અને એ પરમાણે તે દરરોજ આવીયા કરેછે. જો ઉપાયે કરવામાં આવીયો, અને તે લાગુ પડીયો, તો તેની પેહેલી અસર તાપ આવવાના વખતમાંથી માલમ પડી આવેછે, તે વખત ચુકીને અવારી આવેછે, તેનું જોર કમતી થતું જાયછે અને છેલ્લે તે તદન નાબુદ થાયછે. એને દરરોજ આવતી તાપનું નામ આપવામાં આવીયુંછે. ઘણી વેલા તાપ દરરોજ આવતી નથી, પણ એક દાહાડો ચુકીને તરીજ દાહાડે ખરાબર વખત, કલાક, અને ઘડી પરમાણે આવેછે, એને આંતરીયો તાપ કરીને કહેછે. કોઈ વેલા

એ દાહાડાનો અંતર મુકીને ચોઠે દાહાડે તાપ આવેછે અને તેને ચો ઠીયો તાપ કરીને કેહેછે. કોઈ કદાચજ પાંચ છ દાહાડાનો અંતર રાખેછે. પણ ઘણી વેલા એમ બનેછે, કે જરે ઓશડ લીધાથી તરત તાપ ગયા પછી જો દવા ચાલુ રહેતી નથી, તો આઠ દાહાડા રહીને અને કોઈ વેલા વધારે વખત રહીને તાપ પાછી આવેછે. પલીની એ વીશેનો એક જોજ અજબ જેવો દાખલો કહી જાયેછે, એક શખ્સને દર વરસે તાપ આવતી હતી અને તે પણ તેને વરસગાંઠને દીવસે જ આવતી હતી. પણ તાપ એ રીતે અંતર રાખીને ચોકસ વખતેજ અને ચોકસ દીવસેજ શા માટે આવેછે તેની સમજણ હજી સુધી કોઈ બરાબર આપી શકીયું નથી.

તાપનો રોગ જરે એટલો સાધારણ છે તારે તેનો ઉપાયે અને તેની માવજત વીશે દરેક જણને માહિતગારી હોવી જોઈયે. જેવું માલમ પડીયું કે બદનમાં ફાટકુટ થવા અને ગુરા નીપરાઈ જવા અને આંગ થંડું થવા અને ચામડી ચીમરાવા માંડેછે; એટલે તરત ગરમ સેહેવા એ તેવાં પાણીમાં પગ ભોરવા અથવા જો પુશકલ ગરમ પાણી તઈઆર હોયેતો તબમાં નાખીને તરત થંડી લાગે તેની આગમજ એસી જ હું, અને ખરીની અથવા સુંઠની ચાહે બનાવીને તરત પીઈ જવું. જો એમ કરતાં પણ થંડી વાગી આવેતો બીછાનામાં ગરમ કપડાં ઓઢીને સુઈ જવું, ગરમ પાણીએ બાટલી ભરીને અથવા ગરમ ઈંટ અથવા ગરમ રેતી અથવા થુલું ડોઢલીમાં ભરીને પગને ટલીએ, પેટ ઉપર, બરડાના કાંઠા ઉપર, અને હાથની હઠેલીમાં લેઈને રાખવું, અને ફરીથી ગરમ ખરી અથવા સુંઠની ચાહે અથવા ગરમ ચોખ્ખાની કાંજ પીવી. ઘણી વેલા બરડાના કાંઠા ઉપર ચાર પાંચ ખાલી વેહેતુર મુકી દીધાથી અથવા સાબુના તેલમાં તેટલોજ અફીમનો ચરક નાખીને બરડાના કાંઠા ઉપર ખુબ મસલીયાથી થંડીનું જોર નરમ પડી જાયેછે. કોઈ વેલા એવું બનેછે, કે વારેઘડીએ વેલા સુધી તાપ આવીયાથી પુશકલ નબલાઈ થાયેછે, એવી હાલતમાં અને બુઠાં માણસમાં જરે થંડીનું જોર ઘણું હોયેછે, આંગમાં ગરમી જલદીથી આવતી નથી અને નાડીનું જોર કમતર થઈ જાયેછે, તારે જાન ધાસતીમાં આવી પડેછે અને તે વખતે વધારે સખત ઉપાયો લેવાની જરૂર છે. તરત એક વાઈન ગલાસ બરાંનડીમાં એક ચમચી ખરી અથવા સુંઠના ભુકાની નાખીને

જરા ગરમ કરીને પાછ દેવું. તે સાથે બરાંનડીમાં મરી જમકારીને અથવા તરપેનટાઈન તેલ જરા ગરમ કરીને આખા બદન ઉપર અછી રીતે ચોલવું, અને ગરમ હવાનો બાફ આપવો. (ગરમ હવાનો બાફ કેમ આપવો તે જોગવાઈએ સમજાવશું) પણ એવી મેનીજની કોઈ કદા અજ નરૂર પડેછે, પણ જો નરૂર માલમ પડેતો તે કરવાને ચુકવું નહીં. એ મેનીજ સીવાએ થંડીમાં બીજી કાંઈપણ દવા દારૂની નરૂર નથી.

જેવું આંગ ગરમ થવા માંડીયું અને થંડી નીકલી ગઈ એટલે ગરમ બીછાનામાં અથવા ગરમ કપડાં ઓઢીને પડી રહેવું નહીં. ગમેતો બીછાનામાં જ ઉઠીને બેસવું, પણ સઘલાં ગરમ કપડાં કાઢાડી નાખવાં; અને થંડક પડે એવી દવાઓ લેવી. જો પેટ કબજા હોયતો “સીડલીટઝ પાઉડર” નો હલકો જોલાબ લેવો અને તરણ ચાર પેટ આવીયા પછી તે લેવાનું બંધ કરવું. પછી સોડાવાંટર, લેમનેડ, આઈસ પાણી થોડું થોડું લેતા જવું. જો સોખારી ઘણીજ લાગેતો એક ચમચો ભરીને કરીમ આફ ટારટર એક બાટલી થંડા પાણીમાં નાખી ને તેમાં જરા લીબુનો રસ નીચવવો, અને એ પાણી એકેક વાઈન ગ્લાસ કલાક અરધે કલાકે લેતા જવું. જો માંથું ફુએતો કોલનવાટર પાણી ચુકવું, અને ગરમ પાણીમાં પગ બોરવા. કોઈવેલા કોલનવાટર પાણી અથવા આઈસ પાણીથી માંથું નરમ પડતું નથી; એ વેલા સુઠ નો બારીક લુકો કરી ગરમ પાણીમાં મેલવીને તેને એક કપડાં ઉપર પાંચરી તે નીદાર ઉપર મુકી દેવી. જો બદનની ગરમી ઘણી હોયે અને તામોસ થઈ શકે નહીં અને જલદીથી નીકલી જાય નહીંતો બદન ઉપર થંડાં પાણીના અથવા પાણીમાં થોડો સરકો નાખીને તેના પોટાં ફેરવવાં, તેથી ગરમી નરમ પડશે એટલું જ નહીં પણ જલદીથી પસીના છુટશે; પણ પાણી ચોપડતી વખતે સંભાલ રાખવી કે થંડો પવન બદન ઉપર ફુકે નહીં. જો બદન ગરમ થાયેછે તારે જોમ બને તેમ જલદીથી પસીના છુટે એવી તબવીજ કરવી નરૂરછે; પણ જો એવો વીચાર રાખવામાં આવે કે હરેક ઉપાયે કીધાથી પસીના આહીયે તારે છુટે, તો તે આશામાં નીશકલ થયા વગર રહે નહીં. પસીના કાંઈ તાન તોડ કીધાથી પડતો નથી. આપણા લોકો પસીના છોડવવાને માટે તરેહવાર ધુઈ તેમાં મુખીય ઈસસની ધુઈ આપેછે; પણ એ ઉપાયે ફાએદો કરીયાને બદલે ઉલટી નુકસાની કરેછે; ધુઈથી કરીને હવા

ગરમ થાયેછે અને બદન ઉપર જે લોહીના જીસો હોયેછે તેમાં વધારો કરેછે. જરે સખત લખલખું ભરાયે તારે એવી ધુધ આપવી ફાયેદા કારકછે, પણ જરે સખત ગરમી હોયે તે વખતે એથી ફાયેદો થતો નથી. એને બદલે જે ગરમ પાણીના બાફ આપીયો હોયેતો જોકે તેથી કાંઈ પસીનો પડતો નથી, તોયપણ પાણી બદન ઉપર લાગાથી ગરમી ને તામોસ કરેછે અને પછી આમડી પસીનેા છુટવાની હાલતમાં આ વેછે. ઘણી વેલા ઇસસની ધુધ લીધાથી મગજ ગરમી વધી પડેછે અને તાપ નરમ પડીયાને બદલે ઉલટી વધેછે, એટલા માટે ધુધ લેવાની સંભાલ રાખવી જરૂરછે.

જરે પસીનો છુટવા માંડે તારે બીછાનામાં સેહેન ગરમ કપડાં ઓઢીને સુવું. જે પસીનો સેહેન સાહન પડે પણ ખોલાસાથી પડે નહી તે એ વખતે ઇસસની ધુધ લેવી ફાયેદાકારકછે. એ વખતે ગરમ પાણીના બાફ લેવો નહી કાંપેકે તેથી બદનને સરડી પોંડાંએછે. જરે પસીનો છુટતો હોયે તારે થંડો પ્રવન બદન ઉપર કુકે નહી તેની સંભાલ રાખવી જરૂરછે. જે પસીનો ઘણો છુટેતો ઓઢણું કાહાડી નાખવું, બદન અછી રીતે પણ હલવેથી નુછવું, ઘણું જોરથી ઘસીયાથી વધારે પસીનો પડેછે, અને કપડાં બદલી નાખવાં. જરે પસીનો સુકાઈ રહે તારે ખોલી હવામાં હલકાં કપડાં પેહેરોને જેસવું અથવા ફરવું.

પણ સઘલાંનાં કરતાં મોટી મતલબ ફરીથી તાપ નહી આવે તેની ઓકસી રાખવામાંછે. કોઈ વેલા જરે તાપ ઘણી હલકી હોયેછે તારે પોતાની મેલે જતી રેહેછે, પણ ઘણું કરીને જે તાપ અટકાવાના ઉપાયો લેવામાં નથી આવતા તે આવેલા વગર નથી રહેતી. આ પણ લોકોનેા હાલસુધી એવો વીચાર હોતો અને હીંદુસતાનના વધદો પણ એવું સમજાવતા હતા કે કાચી તાપને અટકાવવી નહી જોઈયે. જે કાચી તાપ અટકાવી હોયેતો તે નુકસાની કરેછે ! એવો વીચાર યુરોપ ના ડાક્ટરોનેા પણ હોતો, પણ જે એ વીચારનું બરાબર કારણ જોસું તો માલમ પડશે કે ડાક્ટરો પોતે તાપને અટકાવાને અશક્ત હતા અને જરે જોયું કે તાપ તરત અટકી શકતી નથી તારે લોકોને એવો વીચાર આપીયો કે, તાપતો હમણાં કાહાડી નાખીયે, પણ જે કાચી તાપ કાહાડી નાખીયેતો નુકસાની થયા વગર રહે નહી. એવું સમજાવીયાથી અજાણા લોકોએ તાપનો તરત ઉપાયે કરવાનો બંધ કીધો, અ

ને જારે ચાર પાંચ દાહાડાં લગી તાપ બદનમાં પાકી થઈ એટલે તેનો ઉપાયે સોધતા હતા. જરથી કુવીનીનની દવા તાપ અટકાવામાં વપડાવી લાગી, તારથી ડાક્ટરનો તેમજ લોકોનો વીચાર બદલાતો ગયો; અને હાલ તાપ કાચીને કાચીજ દર્દે કરવાના ઉપાયો લેવાને સુકતા નથી. પણ હજુર લોકો માહેથી એ વીચાર તદ્દન જતો રહેયો નથી. જે વધેઈ અથવા ડાક્ટરો અસલથી વીચાર આપતા આવેલા હતા, તે હવે પોતાના વીચારો બદલવાને શરમાયેછે અને તેથી હજુર લોકોને પોતાના અસલી વીચારો જણાવેછે. તાપ પાકી થાયે તાંહાં લગી સજુરી રાખીયાથી ઘણાં ખરાબ પરીણામ નોપજતાં હતાં, અને હજુર પણ જે લોકો તાપનો જલદીથી ઉપાયે કરતાં નથી તેઓને ઘણું સોસવું પડેછે.

હાલ તાપ ઉપર કુવીનીન દવા એક અકસીર તરીકે ગણાયેછે અને જોકે તે ઘણી મોંઘીછે તોયેપણ સઘલી દવા કરતાં તેનો ખપ વધારે થાયેછે. જેવી તાપ ઉતરી અને જરા થોડા લાગીયું એટલે જો પેટ કબજા હોયેતો તરત જીલાબ લેવાની જરૂરછે; એ વખતે જલાબ પૌડર ૨૦ ગરેન સાથે કાલોમેલ પાંચ ગરેન મેલવીને તરત લેવો. પેટ નો ખોલાસો થયા પછી કુવીનીન લેવાનું શીઝું કરવું. જો પેટ કબજા હોયેતો કુવીનીન દવા કારગત લાગી શકતી નથી. ફરીથી તાપ આવવાના વખતની આગમન એ દવા લેવી જોઈયે અને તે વખતે તે તાપ ઉપર વધારે અસર કરી શકેછે. તાપ આવે તેની આગમન સઘણું મલીને ૧૨ થીતે ૨૪ ગરેન લગી કુવીનીન લેવું જોઈયે. દર વખતે ૩ થીતે ૬ ગરેન લગી દર બે અથવા તરણ કલાકે લેતા જવું. ઘણા લોકોનો એવો વીચારછે જે કુવીનીન ઘણું ગરમછે અને ડાક્ટરો તે ને આપવામાં સમજ રાખતા નથી. કુવીનીન ગરમછે ખરું, પણ તેનો દોઝ ૧૦, બલકે ૨૦ ગરેન લગી થઈ શકેછે; પણ હમેશાં તે એટલા મોટા વજનનો અપાતું નથી. કોઈ વેલા એવું બનેછે કે હમેશના વજન પરમાણે કુવીનીન આપતાં તાપ જતો નથી; અને એ વે વખતે એકજ વખતમાં ૧૦ ગરેનના અથવા તેથી પણ વધારે મોટો દોઝમા આપવું પડેછે અને તેમ લીધાથી કાંઈ પણ નુકસાની થતી નથી. ઘણુંકરીને એક બે દાહાડા કુવીનીન સાધારણ વજનમાં લીધાથી તાપ નીકલી જાયેછે; તોયપણ જો કુવીનીન આપવાનું સુકી દેઈયે તો તાપ પાછી આવેછે; એટલા માટે જરૂરછે કે તાપ ગયા પછી પણ

બે તરણ દાહાડા લગી થોડા વજનમાં કુવીનીન ચાલુ રાખવું. જારે કુવીનીન ઘણું સુધી લીધું હોયછે તારે તેની અસર માલમ પડી આવેછે; તેમાં પેહેલ વેહેલાં કાનમાં કસારાં બોલતાં હોયે એવું લાગેછે અને પછી બેહરપણું થાયેછે; કોઈ વેલા તે બેહરપણું હમેસાં સુધી રહી જાયેછે.

પણ કુવીનીન દવા ઘણી મોંઘી પડેછે અને ધરમના દવાખાના આમાં એવી મોંઘી દવા આપવાને પરવડતી નથી; એટલા માટે ડાક્ટરોનું ઘેયાન એથી સસતી અને એટલી ગુણવાલી દવા સોધવા પછવાડે લાગુંછે, પણ હજુર સુધી એના જેવી અકસીર દવા માલમ પડી નથી; તોયપણ જાંઠાં તાપ હલકી હોયે તાંઠાં બીજી સસતી દવાઓ સલામતીથી અપાઈ શકાયેછે. આજ કેટલુંએક થયું કલકતાની મેડીકલ કાલેજ હાસપીટલમાં **અતીશ** નામનું મુલીયું કુવીનીનને બદલે આપવામાં આવેછે અને જોકે તે કુવીનીનની બરાબરી કરી શકતું નથી તોયપણ તેથી ફાયેદા માલમ પડેલાછે. ૨૦ થી ૩૦ ગરેન લગી દર ૩ અથવા ૪ કલાકે આપવામાં આવેછે અને એના ગુણ વીશે કલકતાના ડાક્ટર મી૦ હેર્બીંગ, ડાક્ટર બાલફોર અને ડાક્ટર મુર ઘણા તારીફથી લખી જાયેછે. **નીમનો** પાલો આજ કાંઈ મોટી મુદત થઈ હીંદુસ્થાનના હકીમો વાપડતા આવેલાછે અને તે તાપમાં ગુણવાલોછે. ડાક્ટર વાહીટ, કાપનીશ અને વોનડો એના ગુણ વીશે અછી તારીફ લખી ગયાછે અને તાપ નરમ પડી ગયા પછી તેનો કાહાવો ઘણોજ કુવતમંદ ગણાયેલોછે. **નીમની** છાલનો લુકો ૬૦ ગરેન દર તરણ કલાકે આપવો, અથવા ૨ ઓનસ છાલ લેઈને દોહોડ પઈટ પાણીમાં ઉકાલવી અને એક અથવા દોહોડ વાઈન ગલાસ દર બે અથવા તરણ કલાકે આપવું. **રસોટ અથવા રસમતી** જે અસલના વખતથી આંખ ઉપર આંબવામાં આવેછે તે ચીતરા કુશમુલ નામના જાડની છાલનો રસ અથવા પ્રાખછે, એ રસોટ તાપની ઉપર ઘણો અકસીરછે. ડાક્ટર એશાનેસી લખેછે કે, તે ૩૦ ગરેન દોઝમાં પાણીમાં મેલવીને આપીયાથી તાપ ઉપર સારી અસર કરેછે; તેથી લુખ છુટેછે, ખોરાક જરપત થાયેછે, બોલાસાથી પેટ આવેછે અને પસીના છુટેછે. ડાક્ટર સટીવન રસોટનું ટીકચર વાપડેછે, અને તે સાથે કેટલી માવજત કરવા કહેછે. જેવી તાહાડ ચહુડી એટલે એ ટીકચર ૪ થી ૬ દરમિયાન લગી આપવું અને અછી રીતે કાંમલી ઓઠીને સુવાડવું;

તેથી બેચેની ઘણી થશે, તરસ પણ ઘણી લાગશે અને દરદી જાણે ખોલી હવામાં જવા માગેછે; પણ તે ઉપર કસું ઘેચ્યાન આપવું નહીં, જે પાણી પાચું અથવા ઓઢણું કાઢાડી નાખીયું તો દવા અસર કરતી નથી. એક કલાકમાં બદન ગરમ થઈ આવેછે તે સાથે પસીના પડવા માંડેછે. ડાક્ટર સ્ટીવન કેહેછે કે એ દવાનો ગુણ અને ડાક્ટર વારબરગની દવા (Warburg's drops) નો ગુણ એટલોતો મલતો આવેછે કે તેને વીચાર જાયેછે કે કદાચ વારબરગની દવામાં મોટો ભાગ રસોટનો હોયે. **કુટકુલેજ અથવા સાગરગોટાના** બીચ્માં ૧૦ થીતે ૧૫ ગરેન ખરીના લુકા સાથે મેલવીને આપીયાથી પણ તાપ ઉપર ફાએદો થાયેછે, પણ એનો ગુણ ઉપર જણાવેલી દવા જેવો નથી. **બીનડાલનો** પાલો જરે તાપ ઘણું સુધી લાગુ પડેલી હોયેછે અને તે સાથે તલી કુગી હોયેછે તારે ઘણો અકસીર તરોકે વાપડવામાં આવેછે. **નીરગંડીના** પાતરાં તથા ફુલ જરે તાપ સાથે વામીટ અને ઘણી તરસ લાગેછે તારે વાપડવામાં આવેછે. **રોહનનો** છાલ વીશે પણ ઘણા ડાક્ટરો સાફ મત લખી ગયાછે. એ પરમાણુ બીજ ઘણા ગામટી પાલા તથા વસાના તાપ ઉપર વાપડવામાં આવેછે, પણ ઉપર જણાવેલાછે તે વધારે અકસીરછે. પણ એક બીજી દવા કાંઈ અસલના વખતથી હીંદુસ્થાન અને યુરોપમાં વપડાતી આવેછે. સોમલ જોકે એક ઘણું જલમ જે હેરછે તોયપણ તેને ખરાબર વજનમાં આપીયાથી તે ઘણું ગુણવાલુંછે, અને ઘણા ડાક્ટરો એ દવા તાપ ઉપર ઘણી અકસીરછે એવી સાહાદ ત આપી ગયાછે અને હજુર પણ એ દવા ધરમના દવાખાનાઓમાં સસતી હોવાના સખબથી પુશકલ વાપડવામાં આવેછે. ખરાબર વજનમાં આપીયાથી એ દવા કાંઈ પણ રીતે નુકસાની કરતી નથી. જરે આંખમાં આગ બલવા માંડે તારે સમજવું કે હવે એ દવા બંધ કરવી જોઈયે. હાલ એ દવા પાણીમાં પીગલાવીને આપવામાં આવેછે; એક ઓનસ પાણીમાં ૪ ગરેન સોમલના આવેછે અને તે પાણીના ૫ ટી પાંથી શીઝ કરવામાં આવેછે તે ૧૦ ટીપાં લગી અપાયેછે; એટલે સોમલનો એક ગરેનનો ૧૨ મો અથવા ૨૪ મો ભાગ આપવામાં આવેછે.

બામયુના જાહાડની છાલ પણ વાપડવામાં આવેછે અને જેમ સીનકોનાની છાલ માહેથી કુવીનીન કાઢાડેછે તેમ બામયુની છાલ માહેથી સાલીસીન કાઢાડવામાં આવેછે અને તે તાપ ઉપર આપવામાં

આવેછે. આમણુના જાહાડ મલેરીયાની જગા ઉપર ઘણા ઉગેછે અને જાણે કુંદરતે દરદની સાથે તેનો ઉપાયે પણ તાંહાંજ મુકીયો હોયે એવું માલમ પડેછે.

ઈંગલંડ અને ફ્રાન્સ દેશમાં કાલા કરાડીયાના પર તાપ ઉપર ઘરગતું દવા દાખલ આપવામાં આવેછે અને તેની ડાક્ટરોએ તપાસ કીધા ઉપરથી તેનો ફાયદો માલમ પડીયોછે.

મરીનું જાતી તતવ જેને પીપરીન કરીને કેહેછે, તે પણ તાપ ઉપર ફાયદાકારક માલમ પડીયુંછે. આપણા લોકો મરીના કાહાવો કરી ને તાપ ઉપર પીએછે, અને તે ઘણી વેલા ફાયદો કરેછે.

તાપ કાહાડી નાખવાની બીજી રીત અસલના વખતથી સઘલાં દેશોમાં વપડાતી આવેછે, એકાએક બીહીક, ધાસતી, કમકમાટ, હુરખ, ગુસો, આશા ઇતીયાદી તાપને કાહાડી નાખેછે. આપણા લોકો માં એક રીતછે કે જારે તાપ ઘણું થયું જતી નથી, તારે દરદીની આગલ એકાએક આવીને પાણીનું માથલું ફેડી નાખેછે, અથવા દરદી સુતેલો હોયે તેની ઉપર વપડાયેલી સાવંની મારી જાયેછે; અને તેથી જ એકાએક બીહીક અથવા કમકમાટ છુટેછે તેથી તાપ નીકલી જાયેછે. એજ કારણને લીધે અસલના વખતથી સઘલાં દેશોમાં તાપ કાહાડી નાખવાને માટે તાવીજ, મંતર, ઝાડો પીછી, ઇતીયાદી કરવા માં આવેછે. આપણા લોકો આજ થોડી મુક્ત થયું સુધી બચાંને તાપની વખતે ઝાડો પીછી કરાવતાં હતાં અથવા બાજુએ તાવીજ બાંધતાં હતાં, અને હજુર એ રીત કોઈ કોઈ ઠેકાણે જોવામાં આવેછે. એની અસર દરદીના મન ઉપર થાયેછે અને જારે દરદીને તે ઉપર વધારે આકીન હોયેછે તારે તે ખચીતથી ફાયદાકારક થઈ પડેછે. ડાક્ટર વાટસન પોતાની મનાઈની વાત કહી જાયેછે કે, જારે તે નાહા નો હોતો તારે તે પોતાની મનાઈથી બીહીને ચાલતો હોતો, કાંયેકે તે વણુ કાંઈ મંતરથી તાપ કાહાડી નાખવામાં વખણાયેલાં હતાં. જે કોઈ તેવણુની આગલ આવે તેને એવું પકી ખાતરીથી કેહેતાં હતાં કે ફલાણુ દાહાડા પછી તાપ નીકલી જશે અને તેઓ તેવણુની ઉપર આકીન લાવતા હતા અને તેથી તાપ સારી થતી હતી.

જારે તાપ આવતી હોયે તારે ઝોરાક ઘણો હલકો રાખવો અને સઘલી તરેહના ગરમ ઝોરાક અથવા દારૂથી પરેજ રહેવું. પેહેલાં

તેથી બેચેની ઘણી થશે, તરસ પણ ઘણી લાગશે અને દરદી જાણે ખોલી હવામાં જવા માગેછે; પણ તે ઉપર કસું ઘેચ્યાન આપવું નહી, જો પાણી પાચું અથવા ઓઢણું કાઢાડી નાખીયું તો દવા અસર કરતી નથી. એક કલાકમાં બદન ગરમ થઈ આવેછે તે સાથે પસીનો પડવા માંડેછે. ડાક્ટર સટીવન કેહેછે કે એ દવાનો ગુણ અને ડાક્ટર વારબરગની દવા (Warburg's drops) નો ગુણ એટલોતો મલતો આવેછે કે તેને વીચાર જાયેછે કે કદાચ વારબરગની દવામાં મોટો ભાગ રસોટનો હોયે. **કુટકુલેજ અથવા સાગરગોટાના** બીચ્માં ૧૦ થીતે ૧૫ ગરેન ગરીના લુકા સાથે મેલવીને આપીયાથી પણ તાપ ઉપર ક્રાએદો થાયેછે, પણ એનો ગુણ ઉપર જણાવેલી દવા જેવો નથી. **બીનડાલનો** પાલો જારે તાપ ઘણું સુધી લાગુ પડેલી હોયેછે અને તે સાથે તલી કુગી હોયેછે તારે ઘણો અકસીર તરોકે વાપડવામાં આવેછે. **નીરગંડીના** પાતરાં તથા ફુલ જારે તાપ સાથે વામીટ અને ઘણી તરસ લાગેછે તારે વાપડવામાં આવેછે. **રોહનનો** છાલ વીશે પણ ઘણા ડાક્ટરો 'સાફ' મત લખી ગયાછે. એ પરમાણુ બીજા ઘણા ગામટી પાલા તથા વસાના તાપ ઉપર વાપડવામાં આવેછે, પણ ઉપર જણાવેલાછે તે વધારે અકસીરછે.

પણ એક બીજી દવા કાંઈ અસલતા વખતથી હીંદુસ્થાન અને યુરોપમાં વપડાતી આવેછે. સોમલ જોકે એક ઘણું જાલમ જે હેરછે તોયપણ તેને બરાબર વજનમાં આપીયાથી તે ઘણું ગુણવાળુંછે, અને ઘણા ડાક્ટરો એ દવા તાપ ઉપર ઘણી અકસીરછે એવી સાહાદ ત આપી ગયાછે અને હજુર પણ એ દવા ધરમના દવાખાનાઓમાં સસતી હોવાના સખબથી પુશકલ વાપડવામાં આવેછે. બરાબર વજનમાં આપીયાથી એ દવા કાંઈ પણ રીતે નુકસાની કરતી નથી. જારે આંખમાં આગ બલવા માંડે તારે સમજવું કે હવે એ દવા બંધ કરવી જોઈયે. હાલ એ દવા પાણીમાં પીગલાવીને આપવામાં આવેછે; એક ઓનસ પાણીમાં ૪ ગરેન સોમલતા આવેછે અને તે પાણીના ૫ ટી પાંચી શીઝ કરવામાં આવેછે તે ૧૦ ટીપાં લગી અપાયેછે; એટલે સોમલનો એક ગરેનનો ૧૨ મો અથવા ૨૪ મો ભાગ આપવામાં આવેછે.

બામખુના જાહાડની છાલ પણ વાપડવામાં આવેછે અને જેમ સીનકોનાની છાલ માહેથી કુવીનીન કાઢાડેછે તેમ બામખુની છાલ માહેથી સાલીસીન કાઢાડવામાં આવેછે અને તે તાપ ઉપર આપવામાં

આવેછે. આમથુના જાહાડ મલેરીયાની જગા ઉપર ઘણા ઉગેછે અને જાણે કુદરતે દરદની સાથે તેનો ઉપાયે પણ તાંહાંજ મુકીયો હોયે એવું માલમ પડેછે.

ઈંગ્લંડ અને ફ્રાન્સ દેશમાં કાલા કરાડીયાના પર તાપ ઉપર ઘરગતું દવા દાખલ આપવામાં આવેછે અને તેની ડાક્ટરોએ તપાસ કીધા ઉપરથી તેનો ફાયદો માલમ પડીયોછે.

મરીનું જાતી તતવ જેને પીપરીન કરીને કેહેછે, તે પણ તાપ ઉપર ફાયદાકારક માલમ પડીયુંછે. આપણા લોકો મરીનો કાહાવો કરી ને તાપ ઉપર પીએછે, અને તે ઘણી વેલા ફાયદો કરેછે.

તાપ કાહાડી નાખવાની બીજી રીત અસલના વખતથી સઘલાં દેશોમાં વપડાતી આવેછે, એકાએક બીહીક, ધાસતી, કમકમાટ, હરખ, ગુસો, આશા ઇતીયાદી તાપને કાહાડી નાખેછે. આપણા લોકો માં એક રીતછે કે જારે તાપ ઘણું થયું જતી નથી, તારે દરદીની આગલ એકાએક આવીને પાણીનું માથલું ફોડી નાખેછે, અથવા દરદી સુતેલો હોયે તેની ઉપર વપડાયેલી સાવંની મારી જાયેછે; અને તેથી જ એકાએક બીહીક અથવા કમકમાટ છુટેછે તેથી તાપ નીકલી જાયેછે. એજ કારણને લીધે અસલના વખતથી સઘલાં દેશોમાં તાપ કાહાડી નાખવાને મારે તાવીજ, મંતર, ઝાડો પીછી, ઇતીયાદી કરવા માં આવેછે. આપણા લોકો આજ થોડી મુદત થયું સુધી બચાંને તાપની વખતે ઝાડો પીછી કરાવતાં હતાં અથવા બાજુએ તાવીજ બાંધતાં હતાં, અને હજુર એ રીત કોઈ કોઈ કેકાણે જોવામાં આવેછે. એની અસર દરદીના મન ઉપર થાયેછે અને જારે દરદીને તે ઉપર વધારે આકીન હોયેછે તારે તે ખચીતથી ફાયદાકારક થઈ પડેછે. ડાક્ટર વાટસન પોતાની મનાઈની વાત કહી જાયેછે કે, જારે તે નાહા નો હતો તારે તે પોતાની મનાઈથી બીહીને ચાલતો હતો, કાંયેકે તે વણ કાંઈ મંતરથી તાપ કાહાડી નાખવામાં વખણાયેલાં હતાં. જે કોઈ તેવણની આગલ આવે તેને એવું પકી ખાતરીથી કેહેતાં હતાં કે ફલાણા દાહાડા પછી તાપ નીકલી જશે અને તેઓ તેવણની ઉપર આકીન લાવતા હતા અને તેથી તાપ સારી થતી હતી.

જારે તાપ આવતી હોયે તારે ખોરાક ઘણો હલકો રાખવો અને સઘલી તરેહના ગરમ ખોરાક અથવા દારૂથી પરેજ રહેવું. પહેલાં

એક બે દાહાડા માતરે કાંજ ઉપર અથવા ચાહે રોટી ઉપર રેહેવું. પછી કુધ, હાફબાઈલડ ઇંડાં, અને હલકો મતનનો સેરવો લેવો. એ વખતે ખોરાક જરી શકતો નથી અને તેથી કાંઈપણ પુશકલ ઘટ ખોરાકથી પરેજ રહેવું. જો તાપ એવી હોય કે પુશકલ નબલાઈ કરી ના બે અથવા ઘણુંસુધી તાપ રહેવાથી નબલાઈ થાયે, તો પછી પોશતીક ખોરાક અને તે સાથે હરેક જાતનો વાઈન દારૂ અથવા બરાંનડી લેવાની જરૂર છે. ઘણા જણ તાપની વેલા એ પોશતીક ખોરાક લેતાં નથી અને તેથી એટલીતો નબલાઈ થઈ જાયે કે પાછો તનદરોસત હાલતમાં આવવાને ઘણો વીલમ લાગેછે. આપણા લોકોમાં તાપ ઉપર કુધ આવવાને છીટછે. ખરી વાતછે કે અમથું કુધ ભારી પડેછે અને પેટમાં ગાંગરા બંધાઈને જરપત થતું નથી. પણ જો કુધને ઉકાલીને લેવામાં આવે અને તે અમથું નહી પણ તે સાથે જરા ઘટ ખોરાક અથવા ઘટ કાંજ ભેલીને પીવાને આવેતો અવગુણ કરે નહી. જો તાપનું જોર હોય તારે સઉથી હલકો, થંડો અને પોશતીક ખોરાક છાસ જોવો બીજો કોઈ નથી. છાસ પીવાથી સોખારી નરમ પડેછે, પેટમાં થંડક લાગેછે અને તે સાથે ખોરાક પોહાયેછે. રસ રસતાં ફરેટો માફકસર લીધામાં કાંઈ અડચણ નથી.

તાપના વનમાં જતાર અથવા વસતારને તાપ લાગતી અટકાવાને માટે સઉથી સરસ રીત એછે કે તાપનાં વન માહેથી તરત નીકલી જવું, પણ જો તાંહાં રેહેવું પડેતો ઘણી સંભાલ રાખવી જરૂર છે. કાંઈપણ જાતની થાક ચહુડે એવી મેહેનત કરવી નહી. ઘણી થંડી અથવા ગરમીમાં રેહેવું નહી; અને કદી પણ પગ ભીના રાખવા નહી. કદીપણ સહુવારે અથવા સાંજરે બાહર નીકલવું નહી પણ હમેશાં તડકામાં નીકલવું, જમ અને તેમ ઘરના સઉથી ઉંચા માલા ઉપર સુવું. જો સહુવારે બાહર જવું પડેતો કદી પણ બુખે પેટે જવું નહી. સારો અને પુરતો ખોરાક લેવાની જરૂર છે અને તે સાથે હરેક જાતના દારૂની ઘણી જરૂર છે. ગમેતો બીર, પોરટર, કલારેટ લેવો. વધારે સાવચેત રહેવાને માટે દરરોજ સહુવાર સાંહાંજ બે ગરેન કુવીનીન કાફીમાં લેવાં જરૂર છે, તેથી તાપનો અટકાવ થાયેછે અથવા જો તાપ આવેછે તો તે ઘણી જોરમાં આવતી નથી.

જો લોકો તાપના વનમાં ફરેછે તંઓ બીજી યુક્તી કરેછે. મી૦

જેઠરીએ એક એવી હીકમત બતાવી છે કે જેમાં એક બારીક સુરાખ વાલું પતલું બુચ મુકવામાં આવે છે અને જે નાક અને મોઢોડા ઉપર બાંધીયાથી મલેરીયા દમમા પેવસ થઈ શકે નહીં. એજ રીત પરમાણુ ડાકટર સટેનહાઉન્ડે પણ એક હીકમત બતાવી છે પણ તેમાં કોલસા નું પર આવે છે. ડાકટર મેકલક કેહે છે કે માલટા અને બીજી જગા એના લોકો મલેરીયાના વનમાં ફરતી વેલા મોઢોડાં અને નાક ઉપર એક રૂમાલ લપેટે છે. ઘણા લોકોને એવો વીચાર છે જે મોઢોડાને રસતે દમ લીધાથી જેઠરી હવા દાખલ થાય છે, જે માતરે નાકવાતે લીધાથી બનતું નથી, જાણે નાકના બાલ અને બલગમ ખરાબ હવાને ચુસી લે છે અથવા અટકાવ કરે છે. સઘલાં લોકોને ખબર છે કે હીંદુ સથાનના રહેવાસીઓ સહુવારના પોહારમાં બાહર જતાં મોઢોડાં ઉપર એક કપડું વીટાલે છે, અને જે લોકો હવાલખોરનું કામ કરે છે તેઓ હમેશાં એ રીત કામે લગાડે છે અને એ રીતમાં ઘણું દાહાપણ જણાય છે.

જીંદગી લાંબી રાખવાની કલા.



માણસની જીંદગીની લંબાઈ.

ART OF PROLONGING LIFE.

DURATION OF HUMAN LIFE.

માણસની જીંદગીની લંબાઈ શા ઉપર આધાર રાખે છે તે આગ લા આંકોમાં જણાવીયું હતું. હવે, એ ઉપરથી એક ઘણો અગત નો સવાલ ઉઠે છે, કે માણસની જીંદગીની ચોકસ હદ કેઈ છે? એ વીશે ફીલસૂફીમાં ઘણાં જુદાં જુદાં મતો પડેલાં છે; કોઈ ઘણી લાંબી અને કોઈ ઘણી ટૂકી મુદત ઠેરવી ગયા છે. કેટલાએકનો એવો વીચાર છે જે જીંદગીની ચોકસ લંબાઈ કેટલી છે તે જાણવી હાથેતો નંગ લી લોકો જે તદ્દન કુદરતી હાલતમાં રહે છે તેઓ ઉપરથી માલમ પડી આવશે; પણ એ વીચાર ખોટો છે. જાણવું, કે નંગલી હાલત જોકે કુદરતી છે તોયપણ ઘણું ફરીને મોટી વીપતીની હાલત છે; તેઓને પો

તાના કુવત કરતાં વધારે મેહેનત કરવી પડેછે, અને તેઓ ઉપર ના શકારક અસરો લાગુ રહેછે અને તે માહેથી બંધવાને અથવા તેને દુર કરવાને તેઓ પાસે કાંઈ ઉપાયો નથી. એટલા માટે જંગલીઓ માહેથી એ બાબદનો ખોલાસો મેલવવો ખોટોછે. પણ ખરેખર ખોલાસો ચાહવો હોયેતો સુધરેલા અને કેળવાયેલા લોકો જોઓ ખરેખરી અકલ ધરાવેછે, અને જોથી તેઓ કુદરતના કાયેદા પરમાણુ ચાલવાને અને નાશકારક અસરોને દુર રાખવાને શક્તીવાન રહેછે, તેઓ માહેથી મલી શકશે.

બીજા લોકો વીચારેછે જે લોકો બુદ્ધ થઈને મરેછે તેઓની જીંદગી સહી લાંબી અને તાંહાં જીંદગીની હદ આંધેલી કેહેવાયે; પણ એ પણ ભુલાવો ખવરાવેછે. ઘણા જણના દાખલા જોવામાં આવશે કે જોઓ પોતાના વખતની આગમન બુદ્ધપામાં આવી જાયેછે; અને ૩૦—૪૦ વરસના બુદ્ધ ઘણા નજરે પડેછે; જોઓમાં બુદ્ધપાની સઘલી નીશાણી, જેમકે જડપણું, સુકાપણું, નબલાઈ, સફેદ બાલ, ઈતીયાદી જોવામાં આવેછે. એ ઉપરથી માણસ જીંદગીની લંબાઈ વીશે ભુલાવો થાયે તેમાં નવાઈ નથી.

અસલના મીસરદેશના લોકો એવું માનતા હતા કે માણસનું દીલ ૫૦ વરસ લગી દર વરશે બે દરામ વજનમાં વધેછે અને પછી તે જ પરમાણુ પાછાં ૫૦ વરસ લગી વજનમાં ઘટેછે અને સોમે વરસે દીલ કાંઈ પણ રહેતું નથી અને તેથી સોમું વરસ માણસની જીંદગીની હદ કેહેવાયે. એ વીચાર આજે દરેક જણ હસી કાઢાડે એવોછે.

હવે એ બાબદનો ખોલાસો કરતાં બે બાબદો ઘેયાનમાં રાખવા જોગછે; એકતો માણસ જાત કેટલું લગી જીવી શકેછે અને બીજું માણસની જીંદગીનું પરમાણુ કેટલુંછે ?

પેહેલું, માણસજાત કાંહાંલગી જીવી શકેછે ? માણસ ૧૫૦ અથવા ૧૬૦ વરસ લગી જીવી શકેછે એના દાખલા આપણી અનુભાવે શ ઉપરથી માલમ પડીયાછે; અને વધારે જાણવા જોગ એછે જે ટામસ પાર નામનો શખસ જરે ૧૫૨ મે વરસે મરણ પામીયો તારે તેના બદનના સઘલા ભાગો તનદરોસત અને અછી હાલતના માલમ પડીયા હતા, અને જો તે પોતાના ખાવા પીવાની રીતભાંતમાં ફેરફાર

કરતે નહીંતો અલખત તે વધારે વરસ લગી જીવી શકતે. એ ઉપર થી કેહેવાઈ શકાયેછે જે માણસનો બાંધો અને જીવ શક્તી એવીછે જે તે ૨૦૦ વરસ લગી જીવી શકે.

અને એવું કેહેવાને એક રીત ટેકો મલી શકેછે. એવું માલ મ પડીયુંછે કે જનવરોની છંદગી તેઓની પુરતી વધના વખત કરતાં આઠ ઘણી હોયેછે; એટલે જો ઘોડો ૫ મે વરસે પુર વરધીમાં આવેછે તો તેની છંદગીની લંબાઈ ૪૦ વરસ લગીની હોવી જોઈયે; એજ પરમાણે માણસ ૨૫ મે વરસે પુરતી વધમાં આવેછે, અને તે ટલા માટે તે ૨૦૦ વરસ લગી જીવી શકે. જે મરણો સો વરસની અંદર થાયેછે તે સઘલાં દરદ અથવા અકસમાતથી થાયેછે; ખરી વા તછે કે માણસનો મોટો ભાગ કુદરતી મરણથી મરતાં નથી, અને હજારમાં એક જણ સો વરસની ઉમરે પુગેછે.

બીજું, માણસની છંદગીની લંબાઈનું પરમાણુ કેટલુંછે ? એ પર માણુ આકસ નથી અને દરેક માણસમાં જીકું જીકું હોયેછે. એ પરમાણુ માણસની સારી અથવા નરસી હાલત, તેની રહેવાની રીત ભાંત, જીવ શક્તીનો વધુ અથવા ઓછો ખપ, અને એવા બીજા હજારો કારણો ઉપર આધાર રાખેછે. આપણને એવું નહીં વીચારવું કે દરેક માણસ આ દુનીયામાં જનમથી ૧૫૦ અથવા ૨૦૦ વરસ લગી જીવવાનું કુવત અથવા ખોરાક લેઈ આવેછે. જેવાં મા બાપ તેવું બચું, એ આજના જમાણાનો ધારોછે. આપણી ઉપર હાલ એટલાંતો કુખ અને હાંદેસા પડેછે કે મોટી ઉમરે પુગવું ઘણું મુશકેલછે.

દર ૧૦૦ જનમેલાં માણસે,

૫૦ જણ—૧૦ વરસ આગમજ મરણ પામેછે.

૨૦ " ૧૦ અને ૨૦ વરસની વચ્ચે મરણ પામેછે.

૧૦ " ૨૦ અને ૩૦ "

૬ " ૩૦ અને ૪૦ "

૫ " ૪૦ અને ૫૦ "

૩ " ૫૦ અને ૬૦ "

અને ૬ " ૬૦ વરસની ઉપર જીવેછે.

હાલરે માણસની વધુમાં વધુ ઉમરનો કોઠો ઉપજાવી કાઢાડીયો છે અને તે ઉપરથી આ નીચે પરમાણુનું પરમાણુ માલમ પડીયું છે.

| | | |
|------------------------------------|------|-----------|
| ૧૦૦ થી ૧૧૦ વરસ લગી જીવેલાં માણસોના | ૧૦૦૦ | દાખલા |
| ૧૧૦ થી ૧૨૦ | " | " ૬૦ " |
| ૧૨૦ થી ૧૩૦ | " | " ૨૯ " |
| ૧૩૦ થી ૧૪૦ | " | " ૧૫ " |
| ૧૪૦ થી ૧૫૦ | " | " ૬ " |
| ૧૬૯ | " | " ૧ દાખલો |

માલમ પડીયા છે.

પરચુટણ.



MISCELLANEOUS.

ગટરો વીશે ડાકટર લમજડનના વીચાર—સઘલા જાણુ કપ્પલ કરે છે કે આપણી હાલની ગટર કસુરવાલી અને અધુરી છે; અને એ પણ ખરું છે કે પોતાની મેલે પાણી અને કાદવ નીકલી જવાને તદ્દન મુશ્કેલ છે. હવે ગટરોમાં શું ચીજો જવી જોઈયે તે તપાસી જોઈયે.

૧. વરસાદનું પાણી.

૨. રસતાનો અને ધરનો કચરો તથા કાદવ અને પાણી.

૩. માણસનો જાહાડો.

ખીજાં દેશોમાં વરસાદ થોડો પડે છે અને તે આખા વરસ લગી પડીયા કરે છે; પણ અહીં એવરે અને તે વલી સઘલો ચાર મહીનામાં પડે છે; અને તે એકસરખો પડીયાને બદલે એકેદમ જોડથી પડે છે.

વરસાદનું પાણી ગટર માહેથી લેઈ જવાને માટે ઘણી મુશ્કેલી નથી, પણ બાકીના ખીજાઓને માટે એવી અડચણો નડે છે કે તે એકદમ ખીકટ અને હરાવી નાએ એવી છે. એક શહેરની ગટરની ગલીઓનો આધાર તાંહાંના પાણીના ખપ ઉપર રહે છે; અને દરરોજ દર માણસ દીઠ ૧૦, ૨૦, અથવા ૩૦ ગાલન પાણી ખપે, પણ તે ગલીઓ માહેનો મોટો ભાગ રસતા અને ગલીઓના કાદવ માફક, ધર અને તમેલા માહેના કચરો પુનઃ માફક અને બજાર, કારખાંના અને કસાધવારની ગલીઓ માફક પાછું આવે છે.

માણુમનો જાહાડો ગટરની ગલીઓમાં થોડો અથવા કાંઈ પણ વધારો કરવું નથી; અને સઘલી ગલીઓ એટલીતો પાણી સાથે મલેલી છે કે ગટરને ખીજે છેડે તે માતરે ગલીઓ પાણી જેવું દેખાયે છે. આ વાતનો ખરી છે કે મુંબઈમાં કુવાઓનું પાણી છે જે આગલ પીવાના કામમાં આવતું હતું અને જે ને તપાસ કીધાથી ગટરના પાણી કરતાં વધારે ખરાબ હાલતમાં માલમ પડી શકે. ગટરના પાણીમાં ગંધ વધારે છે, પણ કુવાના પાણીમાં નુકસાનકારક વસ્તુ વધારે છે.

તરણ જુદે જુદે કેકાંણે ગટરનું પાણી તપાસતાં આ નીચે પરમાણે માલમ પડી શકે—

| | પીગલેલી આર ગાનીક વસ્તુ. | તરતી આરગા નીક વસ્તુ. | નીમક અને ખીજા આર. |
|---|----------------------------|-------------------------|----------------------|
| નવી બાંધેલી ગટરની શીરૂઆતમાં ... | ૫.૨૫ | ૧૩.૯૩ | ૭૭.૨૫ |
| લવગરોવના બુમબા ના સાચા માહેથી. | ૯.૨૪ | ૧૨.૨૫ | ૧૧૪.૮૪ |
| કોટની ગટરો (જે માં કેટલાએક વા ડા જોડેલા છે.)... | ૧૬.૮૦ | ૬૪.૧૯ | ૧૩૦.૯૨ |

એ ઉપરથી માલમ પડે છે કે જ્યાં જ્યાં જાહાડો પસાર કરવામાં આવે છે તેમાં વધારે આરગાનીક વસ્તુ દેખાયે છે.

જો ગટરની ગલીઓને થમ રહેવા દીધી હોય તો તેના બે ભાગ થશે, તલી એ કાલો કચરો અને ઉપર નીતર પાણી દેખાશે; અને જે ખરાબ હવા ની ક્ષેત્રે તે કાલા કચરા માહેથી પેદા થાયે છે. હવે, જેવી એ હવા પેદા થઈ એ ઠીલે તેને નીકલી જવાનો રસ્તો મલવો જરૂર છે, અને જો એ સઘલી હવા થોડી અથવા વધુ જેહરી છે તેટલા માટે તેને એવી રીતે કાઢાડી નાખવી જોઈ એ કે તેની ખરાબ અસર કોઈને લાગે નહીં. એ કામ હજુર સુધી ખીકટ માલમ પડી શકે. કેટલાએકોને એવો વીચાર છે જે ગટરોમાં આરપાર ખાલી હવા જવાનો બદોબસત કીધો હોય તો એ જેહરી હવાઓ કાઢાડી નાખવાનું સેહેલ છે; પણ એ થવાને માટે ચાલુ હવા પસાર થવી જોઈ એ અને દરેક નાહાની ગટર માહેથી હવાનો પસાર હેઠલ થવો જોઈ એ; અને જો ગટરો માતરે કાંઈ પણ ગંબારાં અથવા ભાક વગર ચાલુ નહીં જોઈ હોય તો એ સેહેલથી બની શકે, પણ જો દર ૨૦ અથવા ૩૦ ફીટ ગટરોમાં ગલી, વાડા, અને વરસાદ ની નહીને માટે ગંબારાં પાડેલાં હોયે છે, તો એ કામ થવું ઘણું મુશ્કેલ પડે છે.

(સાંધણ છે.)

યુરોપમાં બીરનો ખર્ચ—મીથુનીય શહેરનો એક વીધવાન જાહેર કરે છે કે આખા યુરોપ ખંડમાં દર વરસે પાંચ અબજ લીટર (૬૧ કીલુપીક ઇંચનું માપ) ખીર બનાવામાં આવેછે; અને તે કેહેછે કે તે એટલાંતો મોટો જ થોછે કે આખી પુરૂશીઆની નેવી (લશકરી વાહાણુનો કાફલો) તેમાં તરી શકે. ૧૮૬૮ માં દર રેહેવાસી દીઠ બવેરીયામાં ૧૩૪, ઇંગલંડમાં ૧૧૩, બેલજીયમ માં ૮૦, આસ્ટરીયામાં ૨૨, ફ્રાંસમાં ૨૦, પુરૂશીયામાં ૧૯, સ્પેનમાં ૨, રૂશીયા અને ઇટલીમાં ૧ લીટર ખીર ખપીયો હતો. પોતાના દેશમાં ખીરનો મોટો ખર્ચ હોવાથી તે વીધવાન જણાવેછે જે દરરોજ ૬ અથવા દર વરસે ૨૧૯૦ લીટર તેને પોતાને માંથે આવીને પડેછે.

માંખનું જેહુર—આપણા ધરની સાધારણ માંખના દંખ પણ કોઈ વેલા જેહુરી થઈ જાયછે કોઈ કાપટન ગરીબ નામનો શખ્સ ગાડીમા જતો હતો તે વખતે એક માખે અંદર આવીને હાથના અંગુઠા અને તેની પાસેના આંગળાંની વચ્ચે ચટકો મારીયો. તરત તેને તેથી દરદ થવા લાગું અને તે વધતું ગયું; તેના ઉપાયો કીધા પણ થોડા દાહાડામાં આખો હાથ ચઢી આવીયો; છેલ્લે તેને ચાર ગમથી ચીરવો પડીયો અને તેથી તેને આરામ મલીયો. ડાક્ટર બોનટેકુનો એવો વીચારછે જે એ માંખે સુવેલું માસ ખાધ આવીને ચટકો મારીયો હતો અને તેથી તેનું જેહુર લાગુ પડીયું હતું.

મજેનટા (નવા) રંગનું જેહુર—એક જણ જણાવેછે કે “ મેં મજેનટા રંગના સફેદ પટાના બચાંના સટાકીંગઝ વેચાતાં લીધાં. મારી ૧૮ મહીનાની નાહાની છેાકરીને મેં પેહેરાવીયાં. રાત પડી ઉંઘાયા પછી તે જાગી ઉઠી, પણ તેનેથી ઉભુ રેહેવાઈ શકાયું નહીં અને તેને કાંઈ પણ દરદ થતું હતું. મધરાતે તેને ચમક થઈ આવી. તપાસ કરતાં માલમ પડીયું કે તેના પગ સુઝી આવેલા હતા, અને જીના કોફેયા પડીયા હતા. ગરમ પાણીયે પગ ધોઈને તેલ લગાડીયું તેથી તેને આરામ મલીયો. હું ખાતરીથી કહું છું કે તે બચાંના દરદનું કારણ મજેનટા રંગના સટાકીંગઝ પેહેરીયાથી હતું.”

એક ખીજો જણ જણાવેછે કે “ જોમ રંગેલાં સટાકીંગઝ જેહુરીછે તેમ મજેનટાથી રંગેલાં સાપ્ત પણ જેહુરીછે. એ બચાંને તેવો સાપ્ત લગાડીયાથી બીજાટર જેવા કોફેયા ઊઠી આવીયા.”

જેને આપણે નવો રંગ કરીને કહીયેછ તે મજેનટા રંગછે, અને મજેનટા રંગનું કાપડ ચામડીને લગતું પેહેરવાથી સંભાલ રાખવાની જરૂરછે તે ઉપલા દાખલાઓ ઉપરથી સમજ પડેછે.

તંનદશેસતી.

ડીજેમબર ૧૮૬૯.

મુંબઈનાં તખેલા અને ગાયો ઢોર રાખવાની જગા.

STATE OF COW-HOUSES AND STABLES IN BOMBAY.

મુંબઈને એક બીજી એમ લગાડનારી ચીજ તાંડાંના તખેલા અને ગાયો ઢોરને રાખવાની જગાઓછે. ભર વસતીની વચમાં જગેજગ ઘોડાઓને રાખવાને માટે તખેલા જોવામાં આવેછે. ચારે બાજુથી દીવાલો ઘેરી લીધેલી જગા, જેમાં દાખલ થવાનાં બારણાં સીવાયે છેટે છેટે ગરાદની નાહાની બારીઓ મુકેલી અને તે સીવાયે બીજા કાંઈ પણ હવાનાં આવજવને માટે મારગની ગોઠવણ કીધેલી નહીં; જમીન મતોડાંની, ભીની, અને સરદ; ઉંચું છાપરું પણ એક કામરાંથી બાંધી લીધેલો મારીયો જાંડાં ઘાસ એકઠું કરવામાં આવે અથવા માણસો સુવે અને જેની વફતારો માહેથી કચરો હેઠલ પડીયા કરે; દર પાંચ ફીટ અથવા તેથી પણ ઓછી પોહોલાઈની જગામાં ઘોડાઓ બાંધેલા, અને તેઓની પછવાડે અથવા બાજુએ ગાડીઓ મુકેલી; દરેક ઘોડાની પડોશમાં ઘંધાતું અને કોહોતું તેના બીછાનાને માટે ઘાસ મુકેલું; દરેક ઘોડાની હેઠલ એક ખાડો ખોડેલો જેમાં તેનું સઘળું મુતર દાખલ થાયે અને જે જમીનમાં પડે અથવા એક કાદવનાં વાસણમાં એકઠું થાયે; દરવાજા આગલ અથવા બાહર રસતામાં ભીનાસ અને ગ

લીચી જાંહાં ગાડી તથા ઘોડાઓ ધોવાયે; એવી મુંબઈ શેહેરનાં આ જના તખેલાઓની હાલતછે; જાંહાં ગલીચી, ભીનાસ, અંધારૂં, બદ યો જરીજ હોયેછે અને જાંહાં થોડી જગામાં પુશકલ જાનવરો સમાવા માં આવેછે, એટલુંજ નહીં, પણ તાંહાં પુશકલ માણસો વસેછે અને તાંહાં વરસોનાં વરસો કાઢાડેછે. જરે એવા તખેલા વસતીની વચોવ મ આવે તારે આસપાસનાં રેહેવાસીઓને ઘણી અડચણો ભોગવવી પડે તેમાં કાંઈ શક નથી.

ડાક્ટર લીઠ ૧૮૬૪ નાં મુંબઈ શેહેરની તનદરોસત હાલતનાં રીપોરટમાં લખેછે, કે “શેહેરમાં જે પુશકલ ઘોડાઓ રાખવામાં આવે છે તેથી હવાની ગલીચીમાં ઘણો વધારો થાયેછે, અને કોઈ પણ તખેલામાં ગટરોની ગોઠવણ કીધેલી જેવામાં આવતી નથી. સારી હાલતમાં રાખેલા તખેલામાં દરેક ઘોડાની હઠલ એક ખાડો ખોડેલો હોયેછે કે જે માહેથી જે મુતર જમીનમાં પચેલું નહીં હોતું તેને બાલડીઓ ભરીને બાહર કાઢાડી નાખેછે. ઘણા દાખલા જેવામો આવીયા જાંહાં ગલીચ ઘાસ એકઠું થયેલું અને કોહોતું હતું. . . . ઘોડાની સંખ્યાની હદ કેથે પણ રાખેલી નહીં હતી.”

પણ જરે આપણે ગાંધી અને ભેંસને માટે રાખવાની જગાઓ ઉપર નજર કરીયેછ, તારે તખેલા તેઓ સાથે સરખાવતાં હવેલી જેવા લાગેછે. ભર વસતીમાં એક છાપડું વાલી દીધેલી ખોલી જગા અને એવી ૨૦, ૨૫ હારેબંદ બાંધેલી; કદાચ એક બે બાજુએ સુનાની અથવા ઝાવલીની ભીટ આવેલી; જેની જમીન છાન, મુતર અને કીચલથી ભરેલી; અને બાહરનાં રસતાની પણ તેવીજ હાલત; જેમાં ખીઓખીચ જાનવરો ભરેલાં; જેનેથી ખેસવાને અથવા ફરીવલવાને જગા નહીં; અથવા એક મારનું ઘર, જેને ભોંયેતલીયે જાનવરોને માટે ઉપર જણાવી તેવી જગા અને જેના માર ઉપર જાનવરોના ઘણીઓ કુટુંબ સાથે રહે; એવી ગંધાતી, કીચલ વાલી, સાંકડી, હવા વગરની મુંબઈ શેહેરના ગાંધી અને ભેંસને રેહેવાને માટે જગાઓ જેવામાં આવેછે. જાનવરો હમેશાં કીચલમાં રહેયાથી ખેલાં અને કાદવ છાંનથી લપતાયેલાં જેહવાં, રોશની અને પુરતા ખોરાક વગર દુબલાં થઈ ગયેલાં; એવાં જાનવરોનું કુધ મુંબઈ શેહેરના

રેહેવાસીઓ અપમાં લાવેછે અને એવાં જનવરોનું કુધ કેવું હોય તે નો વીચાર જરા પણ અકલવાલાને જલદીથી આવો શકશે.

ડાક્ટર લીઠ ૧૮૬૪ ના રીપોર્ટમાં જનવરોની જગા વીશે આ પરમાણે લખી જાયેછે. “તમેલા કરતાં ગાએ ભેંસની જગા ઘણીજ ગલીયછે અને ધીચ વસતીમાં જમકે કુંભાર વાડીના રસતામાં અને બાજી પાલાની કરાસ ગલીમાં નાહાના ઘરોમાં ગાએ તથા ભેંસની પુશ કલ સંખીયા ખીચોખીચ સમાવામાં આવીછે. એવી ગલીય જગા એમાં જે જમશેદજી જીજીલાઈની હાસપીટલની ઉતર તરફ મોતીરામ વારી અને દહનીવારીમાં બે જગાછે. તેઓ આવલીથી બાંધેલાં હારે બંદ છાપડાંછે; દરેકની જમીન આસપાસના કીચલ કરતાં એક અથવા બે ફીટ ઉંચીછે અને એ જગા ઉંચી થવાનું કારણ જનવરોનું છાંન મુતરછે, કાંયેકે ગટર અથવા સફાઈ કરવાની કાંઈ પણ તેઓ કો શેશ કરતાં નથી. દહનીવારીમાં ૧૪ કુટુંબને લગતાં ૩૭૬ જનવરો અને મોતીરામ વારીમાં ૩૦ કુટુંબને લગતાં ૩૪૭ જનવરોછે. જન વરના ધણી અને તેઓનું કુટુંબ તેજ છાપડાંમાં જનવરો સાથે વસે છે. છાપડાંઓની વચ્ચેની સાંકડી ગલીમાં પસાર થતાં ગંધાતા કાદવ માં ચાલવું પડેછે અને બીજી બોલી જગામાં ભોમીયા વંગર જવું ધા સતી ભરેલુંછે, કાંયેકે તેમાં કેટલાએક કાદવના ખાડાઓછે કે જે ધા સ્ત્રી ઢંકાયેલા રેહેછે. તાંહાંના વાડાઓ નજીસ રીતે ગલીય હતા અને એકઠી થયેલી ગલીચીના તેઓની આસપાસ ખખોચીયા થયેલા હતા.”

ડાક્ટર હીયુલેટ ૧૮૬૬ ના રીપોર્ટમાં એવી જગાઓનું બયાન આ રીતે કરી જાયેછે. “ગાએ તથા ભેંસના છાપડાંઓની હાલત શ રમ ભરેલીછે અને જાંહાં સુધી બીજા ઉપાયો લેવામાં નહી આવે તાં હાં સુધી શરમ ભરેલી રેહેશે. સઉથી સરસ (અને ખરાબ તે સઉથી સરસમાં ખપેછે તેવું) છાપડું ઘોઘારી મોહોલામાં અને સઉથી ખરાબ ચંદનવાડીમાં જોવામાં આવેછે. પેહેલાંમાં, એક મોટું નલીયાનું છાપડું બે બાજુએ તદન ખોલુંછે, તેમાં ૩૩ ભેંસ ખીચોખીચ સમા વીછે. છાન અને મુતર રસતામાં રેડાયેછે. બીજું ચંદનવાડી મા હેનું એક ઘેરી લીધેલી જગાછે, જેની જમીન થોડી ગમથી પથરથી ચી ની લીધીછે, પણ તે સઘલા પથર ઉપેડાઈ ગયેલાછે. ભોંયેતલીએ જન

વરો રાખવામાં આવેછે અને માલા ઉપર જનવરના ધણીઓ વસે છે. ચોકમાં જનવરોને લાવીને પાણીથી ધોયેછે. એ પાણી છાત સાથે મલીને ગટરમાં પસાર થાયેછે. એ તબેલાઓમાં દાખલ થતાં જે ગરમી, કમકમાટ ઉપજાવે એવો બદબો, જનવરોનાં પસેવા અને દમની હુવાથી દીવાલ ભીની થયેલી, અમોનીયાનો ગુંગરાવે એવો વાસ જે આવેછે, તેથી ખરેખર ઉબક આવીયા વગર રહેતી નથી. મેં બાહરનો અને એ તબેલાની હુવાની ગરમીમાં દસ દીગરીનો ફરક જોયોછે અને તોયપણ લોકો ઉપર વસેછે અને એવી હુવા તંદરોસતીને નુકસાંનકા રકછે એવું સમજતા નથી. એવી ભેંસોનું કુધ સાડું હોયે નહીં અને જરે બચાંનો મુખીય ખોરાક કુધ હોયેછે તારે એવી હાલતને સુધારવાનાં ઉપાયો લેવાની જરૂર છે. ધીમ વસતીમાં એ તબેલાઓ આવેલાછે; એક બે નહીં પણ ૨૦, ૩૦ અથવા ૫૦ તબેલા એક મોહોલામાં નજરે પડે છે. બીજા કુંભારવાડા મોહોલામાં અને બાજુ પાલાનાં કરાસ ગલી માં દરેક ઘરના ભોયેતલોયાંને તબીલો બનાવી દીધેલોછે અને લોકો ઉપર વસેછે. જનવરોની ધીમ પણ ઘણીછે, તેઓને ઉભું રહેવાને પણ પુરતી જગા નથી, દરેકની બાજુ એકકને લાગેછે. કેટલી જગા ઉપર જનવરો રાતરે બેસે નહીં એટલા માટે સારી રાત માણસોને ચોકી કરવાને રાખેછે.

“એ હાલત સુધારવાને માટે પેહેલી ચુકતી એ કરવી કે એ તબેલાઓમાં જનવરોને માટે કેટલી જગા રાખવી તે વીશે એક ધારો પ પસાર કરાવવો, બીજો ઉપાયે એછે કે મીયુનીસીપાલીટોએ સારી હાલતનાં તબેલાઓ બાંધવા અને તાંહાં થોડી ફીઈ લેઈને જનવરોને રાખવાની જરૂર પાડવી. જાંહાંસુધી એ પરમાંણે કરવામાં નહીં આવશે તાંહાંસુધી એ તબેલાઓ મુંબઈમાં હુમેશની એબ અને દરદતું મુલ દાખલ રહેશે.”

૧૮૬૬ માં મુંબઈ શહેરમાં કેટલાં ઘરોમાં કેટલાં જનવરો હતાં અને તેઓનો બંદોબસત કેવો હતો તે આ પાસેના પાનામાં આપેલી ટીપ ઉપરથી માલમ પડશે.

જે જનવરોનું કુધ વેચવામાં આવેછે તે જગાનું બેચાન.

જે રહેવાના ઘરોમાં જનવરો શખવામાં આવેછે તેનું બેચાન.

| વારડ. | કિલો.કે.સ. | કિલો.કે.સ. | તથેલાની લાંબાઈ, ફીટ. | પોહોલાઈ ફીટ. | બંચાઈ ફીટ. | ગર | હવાનો આવજવ. | ઘરોની સંખ્યા | ઘરના રહેવાસીની સંખ્યા. | જનવરોની સંખ્યા |
|------------------|------------|------------|----------------------|--------------|------------|--------|-----------------------------|--------------|------------------------|----------------|
| કોલાયા . . . | ૧૧ | ૧૦૩ | ૧૫ થી ૪૦ | ૮ થી ૨૨ | ૫ થી ૧૧ | નહી. | ખરાય વ્યા રણા, મુખી ય રસતો. | ૧૦ | ૭૪ | ૭૬ |
| કોટ | ૬ | ૬૩ | ૧૬ " ૩૮ | ૫ " ૨૦ | ૪ " ૧૮ | " | " | ૧૩ | ૧૦૨૮ | ૬૪ |
| માંદવી | ૩૯ | ૮૦ | ૧૫ " ૮૮ | ૬ " ૪૫ | ૪ " ૧૮ | અધુરી. | " | ૨૮ | ૩૨૨ | ૪૨૬ |
| ભુલેચવર | ૫૦ | ૭૪ | ૭ " ૭૪ | ૩ " ૩૫ | ૫ " ૧૭ | નહી. | " | ૧૪ | ૩૧૨ | ૩૮૦ |
| ઊમરખારી . . . | ૩૧ | ૧૮ | ૭ " ૬૦ | ૬ " ૩૪ | ૫ " ૧૫ | અધુરી. | અધુરી. | ૬૦ | ૧૬૦૧ | ૧૮૨ |
| કામાટીપુરા . . . | ૨૦ | ૨૫ | ૧૨ " ૧૦ | ૬ " ૫૦ | ૬ " ૧૨ | નહી. | " | ૨૧ | ૧૦૬ | ૧૫૮ |
| ગીરગામ | ૧૧ | ૧૨ | ૧૨ " ૫૦ | ૧૦ " ૨૮ | ૭ " ૭ | " | " | ૨ | ૨૬ | ૧૬ |
| વાલકેશવર . . . | ૧૪ | ૭૨ | ૧૦ " ૩૬ | ૭ " ૩૦ | ૮ " ૮ | " | છાપરાં. | ૧૫ | ૩૮ | ૩૮ |
| મજગામ | ૧૦ | ૧૩ | ૮ " ૩૨ | ૬ " ૩૮ | ૬ " ૧૬ | " | ખરાય. | ૧૮ | ૧૫૪ | ૨૮ |
| પરેલ | ૨૬ | ૩૪ | ૧૪ " ૮ | ૮ " ૨૮ | ૬ " ૬ | " | અધુરી. | ૭ | ૪૦ | ૮૬ |
| ગેટુગ | ૨૧ | ૧૩ | ૧૨ " ૫૪ | ૧૦ " ૩૫ | ૫ " ૮ | અધુરી. | છાપરાં. | ૧૦ | ૫૮ | ૧૧૧ |
| | ૨૩૯ | ૨૮૭ | ૧૨ થી ૬૦ | ૭ થી ૩૩ | ૬ થી ૧૩ | | | ૨૦૦ | ૩૭૬૯ | ૧૫૬૭ |

સરાસરી.

જુમલે.

એ દીપ ઉપરથી સમજ પડશે કે દર તમેલા દીઠ સરાસરી ૧૨ જાનવરો રાખવામાં આવેછે અને તેઓને સરાસરી ૩૬ ફીટ લાંબી, ૨૦ ફીટ ઓડોલી અને ૧૦ ફીટ ઉંચાઈની જગામાં સમાવામાં આવેછે; એટલે દરેક જાનવરને ૬૦૦ કીયુબીક ફીટની જગા મળેછે; પણ જો જાનવરની લંબાઈ ૧૦ ફીટ, પોહોલાઈ ૪ ફીટ અને ઉંચાઈ ૪ ફીટ ગણવામાં આવેતો નબદીક ૨૦૦ કીયુબીક ફીટ જગા કમતી થાયછે અને દરેક જાનવરને ૪૦૦ કીયુબીક ફીટ હવાનો લાભ મળેછે. પણ જો તે હવા ગલીય હોય તારે જાનવરોની તનદરોશતી કેમ જલવાયે તેનો વીચાર સેહેલથી થઈ શકશે. વલી કેટલાંએક ઘરોમાં જાંહાં લોકો વસેછે તાંહાં ગાંધી અથવા ભેંસ રાખવામાં આવેછે, એવાં ૨૦૦ ઘર નજરે આવેછે અને દર ઘરમાં સરાસરી ૮ જાનવર અને ૧૮ માણસો વસેછે. ઉપર જણાવીયું તેમ ભોંયતળીએ જાનવરો રાખવામાં આવેછે અને માલા ઉપર લોકો વસેછે. હેઠે તમેલાની ગંધ સારા ઘરમાં પ્રચરાયેછે અને તેથી લોકોની તનદરોશતી જલવાયે એ માનવું મુશકેલછે.

ડાક્ટર પારકસ જણાવેછે કે, “તમેલાની ગંધ ઉપલા માલા ઉપર વસનારા માણસો તરફ જાયેછે તેમાં કાંઈ શક નથી. જુના તમેલાઓમાં હવાના આવ જવને માટે છાપરાંમાં ગખારીયાં મુકવાં જોઈયે, દીવાલમાં પોકલ હવાની ઇંટ અને વધારે ખારીઓ મુકવી. નવા તમેલા બાંધતી વખતે તે ઉપર માર ચહુડાવવો નહીં; દીવાલની ઉંચાઈ ૧૨ ફીટ અને છાપરાંથી બીજી ૮૫ ફીટ હોવી જોઈયે. દરેક ઘોડાના થાનની પોહોલાઈ ૫૫ ફીટ હોવી જોઈયે; દર ઘોડાને ૧૦૦ ચોરસ ફીટ જ અને ૧૬૦૦ કીયુબીક ફીટ જગા મળવી જોઈયે. હવાના આવ જવને મારગ છાપરાંમાં કરવો, ૧૬ ઇંચ પોહોલાઈનું એક છેડેથી તે બીજા છેડે લગી ગખારૂં મુકવું તે એવી રીતે કે દર ઘોડાને માટે ૪ ચોરસ ફીટનો હવાનો મારગ મળે. દીવાલને મથાલે છજીયાં આગલ થી પોકલ ઇંટની હાર ગોઠવવી કે જ્યાં દરેક ઘોડાને માટે એક ચોરસ ફુટ હવા દાખલ થાયે; અને દર બે થાનની વચે જમીનથી ૬ ઇંચ ઉંચાઈએ એક પોકલ ઇંટ ગોઠવવી. દરેક થાન આગલ એક જુદુલતી ખારી મુકવી. એ પરમાણુ કીધાથી અને જમીનની સફાઈ રાખીયાથી તમેલાની હાલત તનદરોશત થશે.”

ડાક્ટર રગ લંડન શેહેરના કુધ વીશે લખતાં ગાંધીને રેહેવાની જગા વીશે આ પરમાણુ લખી જાયેછે. “ગાંધીના રખેવાલ એમ સમજેછે કે ગાંધીને રાખવાને માટે હરેક જગા અથવા જુકડું, સાંકડી ગલી, બંધબસત ખુણા ઈતીયાદી આવી શકેછે, અને હજુર તેઓ અજબ થાયેછે કે એટલાં બધાં જાનવરો શા કારણથી મરી જતાં હશે. પણ જારે જાનવરોને એવી જગા ઉપર રાખવામાં આવે કે જ્યાં તેઓને પુરતી દમ લેવાને હવા મળી શકે નહી, જ્યોના મોઢોડા દીવાલને અથડે અને જાંઠાં હવાને આવ જવનો કાંઈપણ મારગ નહી, તારે એવી હાલતમાં તેઓ દરદી થાયે તેમાં એક રતીભાર પણ અકલવાલાને કદી અજબ જેવું લાગશે? જ તેઓના ફેંફસાં માહેથી કારેબાનીક આસીડ હવા બાહરે નીકલેછે તે ઉંચે ચહુડે તેની આગમનતોં પાછી દમમાં જાયેછે. એ જગાની હવા માતરે જાનવરોના દમ માહેથી નીકલતી હવાને લીધે બીગડતી નથી, પણ તાંહાં ગટરનો બરોબર બંધોબસત નહી હોવોથી અને તાંહાં સઘલી જાતની ગંલીચી, કચરો અને કોહોતી વનસપતી પડી રહેયાથી હવા વધારે બીગડેલી રહેછે.”

ડાક્ટર ટામસન કહેછે કે એક ગાંધીને નજદીક ૧૦૦૦ કીયુબીક ફીટ હવાની જરૂર છે.

એ ઉપરથી સમજ પડી શકશે કે મુંબઈ શેહેરનાં તમેલા અને ગાંધી ભેંસને રાખવાની જગા કેવી શરમ ભરેલી હાલતમાં છે અને તેની હાલત સુધારવાની ઘણી જરૂર છે. આપણા શેહેરનાં મીયુનીસીપલ કમીશનરે ગરાંટરોડ તરફ સરકાર પાસેથી જગા માંગીને તે ઉપર જાનવરોને રાખવાને લાયક તમેલા બાંધવાનો ઈરાદો કીધો હતો, પણ નાંણાંની જોગવાઈ ન હોવાથી એ વીચાર હાલ બંધ પડીયો છે. હાલ તરત એ તમેલાઓને સાફ રખાવાની જરૂર પાડવી જોઈયે અને જે ઘણી ધીમ વસતીની વચે હોયેછે તે કાહાડી નખાવા જોઈયે.

મુંબઈ શેહેરમાં દરદી અને જુલાં જાનવરોને માટે પીંજશયોજનામની ભર વસતીમાં એક જગા છે; તાંહાં જાનવરોની બરદાસત બરાબર લેવાતી નથી અને ઘણા જાનવરો દાખલ થયા પછી પંદર દીવસમાં મરણ પામેછે. એ જગા શેહેરથી બાહરે લેઈ જવાની જરૂર છે.



દુધમાં પાણી ભેલવું એ ધારામાં ગુનાહ ભરેલું કેહેવાયે કે નહીં ?



IS DILUTING MILK WITH WATER AN ADULTERATION AND A CRIME ?

દુધ આખી આલમનો એક ઘણોજ કુવતમંદ અને સસતો ખો રાકે છે. ફતીયાનાં જે ભાગ ઉપર જશું તાંહાં કોઈ પણ એવા નહીં માલમ પડશે કે જે દુધનો ઉપીયોગ કરતો નહીં હોયે. કોઈ પણ જાત માં દુધ લેવા વીશે છોટ નથી. નાહાના બચાંથી તે જઈજ બુઢા સુધાં ત નદરોસત અથવા આજરો હાલતમાં તેનો ઉપીયોગ કરે છે. કેટલીએ ક જાતમાં જેમકે હીંદુ લોકોમાં દુધનો એક મુખીય ખોરાક ગણાયે છે અને તેઓનો દુધ વગર બીજે કોઈ પણ પુરતો પોશતીક ખોરાક નથી. નાહાના બચાં દોહોડ બે વરસનાં થાયે છે તાંહાંસુધી માએનાં દુધ ઉપર જ જીવે છે; અને કેટલાંએક બચાંને કમનસીબથી જાનવરોના દુધ ઉપર જ ઉધારવાં પડે છે. આજરો હાલતમાં પણ દુધ એક સઉથી હલકો અને સુતરો ખોરાક ગણાયે છે; એટલુંજ નહીં પણ તેથી કેટલાંએક દર દો દરે થઈ શકે છે.

એવો એક પોશતીક અને સમ્મ ઉપીયોગી ખોરાક જેમ અને તે મ કુદરતી વગર ભેલનો હોવો જોઈયે. ગયા ચાંકમાં જણાવીયું હતું કે દુધમાં મોટો ભેલ પાણીનો સેંકડે પાંચથી તે પચાસ ભાગ લગીના થાયે છે; અને દરેક દુધ વેચનારા દુધમાં પાણીનો ભેલ કરે છે તેમાં કાંઈ પણ શક રહેયો નથી. જે લોકો ઘરમાં જાનવરો રાખે છે તેઓને ચો ખું દુધ મલે છે; બાકીનાં સઘલા લોકોને નાચારીથી હલકા માલ ઉપર રહેવું પડે છે.

દુધમાં પાણી ભેલવીયાથી જોકે તેમાં નુકસાનકારક ગુણ પેદા થતો નથી, તોય પણ તેની ખુબીમાં ફેર પડી જાયે છે; તેનો પોશતીક જે મુખીય ગુણ છે તે હલકો પડે છે; અને તેથી બદનતું પોશાણુ ધારીયા જે ટલું થતું નથી. જે લોકો દુધ સીવાએ બીજે પોશતીક ખોરાક ખાયે છે તેઓને દુધમાં પાણીનો ભેલ હોવાથી કાંઈ અડચણ થતી નથી; પણ જે લોકોનો મુખીય ખોરાક દુધ હોયે છે, જે સહવાર, બપોર, સાંજ અ

ને દરેક ખાણ સાથે ફુધ સીવાયે બીજી કોઈ પણ પોશટીક ધોરાક લેતા નથી, તેઓને ફુધમાં પાણી ભેલીયાથી નુકસાની થાયછે; તેઓને જ રૂરનું પોશણ મલી શકતું નથી અને તેથી દેહથી સુખી રહેતા નથી અને દરદો જલદીથી તેઓ ઉપર ગલબો કરેછે. પણ ખરેખરી નુકસાની જે બચાંને માતરે ફુધ ઉપરજ ઉધારણું પડેછે તેઓમાં થાયછે. ફુધમાં પોશટીક અને ગરમી આપનારો ધોરાક ઘટી ગયાથી બચાંનાં બદનની ગરમી સચવાઈ શકાતી નથી અને તે ફુબલું અને નબલું થઈ જાયછે; તેનાં બદન ઉપર હાડકાં અને આમડું સીવાયે બીજું કંઈ નજરે પડતું નથી; અને આખરે થોડી મુદતમાં તે મરી જાયછે. વલી આજરી હાલતમાં હીંકુ લોકોનો સહથી પોશટીક ધોરાક ફુધ સીવાયે બીજી કંઈ પણ હોતો નહીં અને જારે દરદી બદનનાં પોશણને માટે કુવતમંદ ધોરાકની જરૂર પડે તે વેલા જારે ફુધમાં પાણીનો ભેલ હોયે, તારે દરદ સાડું થવાની અથવા દરદીને કુવત મલવાની કાંહાંથી આશા રહે ?

એ ઉપરથી સાફ માલમ પડેછે, કે જોકે ફુધમાં પાણી ભેલીયાથી ત નદરોસત હાલતમાં તરત નુકસાની થતી નથી તોયપણ વેહેલે અથવા મોડે તે જોકે સીધી નહીં તોયપણ આડી રીતે ખરાબી કરેછે; દરદી હાલતમાં અને ઘણુંકરોને હીંકુ લોકો જે માસ ખાતા નથી તેઓમાં પણ આડી રીતે ખરાબી થાયછે. એ પરમાણુ ઘણાક બેનસીબ બચાં અને ઘણાક આજરી માણસો ફુધમાં પાણીનાં ભેલને લીધે કમોહોતે મારીયા જાયછે તેમાં કંઈ પણ શક નથી.

જેમ ઠગાબાજીથી રાઈનું વજન વધારે કરવાને માટે તેમાં આટો ભેલવામાં આવેછે અને તેથી તેના ગુણ કમતર થઈ જાયછે, અને જે મ રાઈમાં આટાનો ભેલ કેહેવાયેછે, તેજ મીસાલે ઠગાબાજીથી ફુધનું માપ વધારવાને માટે તેમાં પાણી ભેલવવામાં આવેતો તે પાણી પણ ભેલની મીસાલેજ ગણાયેછે.

હવે જે શખસ ધોરાકીમાં એવો ભેલ કરે કે જ્યાં તે ધોરાક દાખલ નુકસાનકારક થાયે અને જો તેને ધોરાક દાખલ વેચે અથવા જાણી બુજીને એવા ભેલ થયેલા નુકસાનકારક ધોરાકને ધોરાક દાખલ વેચે તો તે ધારા પરમાણુ ધોરાકમાં નુકસાનકારક ભેલ કરવાનો ગુનાહ કે રહે અને ઈનડીયન પીનલકોડ પરમાણુ તે સખત સીક્ષાને લાયક થા

યેછે. મીઠા મેન એ ધારાની એવી સમજણ આપેછે કે તે ભેલ એવો હોવો જોઈયે કે તેથી તનદરોસતીને નુકસાન થાયે. દુધમાં પાણી મેલવવું તેને તે નુકસાનકારક ભેલ કહેતો નથી અને તેથી દુધમાં પાણી ભેલનારને એ ગુનાહથી મોકલો કરેછે. થોડીએક મુદતની વાત ઉપર જારે આપણા શેહેરનો હલઠ આફ્રીસર કેટલાએક દુધવાલાઓને દુધમાં પાણીનો ભેલ કરવાને માટે પોલીસમાં ઘસડી લેઈ ગયો હતો અને ખોરાકમાં નુકસાનકારક ભેલ કરવાનાં વાંકને માટે તેઓને શીક્ષા કરવાને માલસતરેટેને અરજ કીધી તારે મીઠા મેનનાં એ વીચાર ઉપરથી માલસતરેટે તેવા ગુનાહ માહેથી દુધવાલાઓને મોકલા કીધા હતા અને તેઓ ઉપર એ ગુનાહ લાગુ પડતો નથી એવો વીચાર જણાવીયો હતો.

પણ જો મીઠા મેને અથવા માલસતરેટે જાણીયું હતે કે દુધમાં પાણી ભેલીયાથી જોકે સીધી રીતે નહીં તોયપણ આડી રીતે કેટલી નુકસાની થાયેછે અને કેટલા જાનની ખોવારી થાયેછે; તો તેઓ એ પર માણે પોતાના વીચાર જણાવતે નહીં. જો એક ચોર પોતાના બચાંને પુરતો ખોરાક આપવાને માટે બેદરકારપણું બતાવેછે અને તેથી જો બચું મરણ પામેછે તો ધારો તે ઉપર તરાપ મારેછે અને તેણીએ બચાંનું ખુન કીધું એવો ગુનાહ લાગુ પાડીને સખત સજા કરેછે; અને તોયપણ જ શખસ હલકો ખોરાક વેચે કે જો આપીયાથી બચું મરણ પામેતો તેણે બચાંનું ખુન કીધું એવું લોકો સમજતા નથી. જો કોઈ દુધવાલા ઉપર પુરતો વીસવાસ રાખીને પોતાના બચાંને માટે દુધ વેચાતું લે અને દુધ વાલાને ચોખ્ખાં દુધની ગરજ જણાવીયા છતાં તે પાણીનો ભેલ કરીને આપે અને જો તે બચું મરી જાયે અને પછી માલમ પડે કે તે બચું દુધમાં પાણીનો ભેલ હોવાથી વગર પોશણ મરણ પામીયું, તો તે બચાંનો બાપ દુધવાલાને કાંઈ પણ રીતે શીક્ષા કરાવી શકતો નથી. ઈનડીયન પીનલ કોડમાં જો શખસ વસાના અથવા દવામાં અથવા દવાની બતાવતમાં ભેલ કરે કે જોથી તેનો ગુણ હલકો પડી જાયે અને જરૂરની વખતે પુરતું કામ કરી શકે નહીં અને તેથી નુકસાની થાયેતો તેને સખત શીક્ષા કરમાવીછે. જારે વસાના અને દવાને માટે એવો ધારોછે તારે દુધ જોવા ખોરાકમાં ભેલ કરવો કે જોથી તેનો ગુણ હલકો થાયે અને તેથી નુકસાની થાયે તેને માટે શીક્ષા શા માટે હોવી નહીં જોઈયે ?

કદાચ ગરેટ બરીટન અને આખા યુરોપમાં એ વીશેનો સખત ધારો નહી હોયેતો ચાલી શકે કાંયેકે તાંહાંના લોકો કુધ સીવાએ બી જો પુસકલ પોશતીક ખોરાક કામમાં લાવેછે; પણ હીંકુસથાનમાં કે જાંહાં મોડો તોલો એવો વસેછે કે જ્યો માસ ખાતા નથી અને જ્યોનો મુખીય ખોરાક કુધછે તાંહાં એ વીશે મન્યુત ધારો બાંધવા ની જરૂરછે.

જારે હીંકુસથાનમાં રૂઢિ જેવા માલ વીશે સખત ધારાએ બાંધાયે, અને તેમાં ઠગાઈથી ભેલ કરનારને જોકે તે ભેલ કરવાથી લોકોનાં જાનને કાંઈ પણ નુકસાની પોંહાંચતી નથી તોયપણુ તેને સખત શીક્ષા કરવામાં આવે, તારે કુધ જેવા ખોરાક જેની ચોખાઈ ઉપર લોકોનાં જાન આધાર રાખેછે તે વીશે સરકાર તરફથી બેદરકારપણું બતલાવા માં આવે એ ઘણું અચરતી ઉપજવેછે !

કુધમાં પાણી ભેલનારને ઠગાઈથી વધારે પૈસા મેલવવાનાં ગુનાહ ને માટે શીક્ષા થઈ શકેછે; પણ એવી ઠગાઈ તો એટલી બધી તરેહ વાર રીતે કરવામાં આવેછે કે એ ઠગાઈને માટે શીક્ષા કરાવાનું કોઈ માથે લે એવું લાગતું નથી અને તેથી તે ગુનેહગાર બચી જાયેછે. જો એને માટે જુદોજ ધારો કરવામાં આવે અથવા કુધમાં પાણીને ભેલ કરવો નુકસાનકારક ગણવામાં આવેતો પછી તેનો અટકાવ જ લદીથી થઈ શકે.

દમ માહેલી ગલીચ હવા પાછી દમમાં લીધાથી થતાં દરદો.



કલકતાનો “બ્લૅક હોલ.”

‘ DISEASES PRODUCED BY BREATHING AIR RENDERED
IMPURE BY RESPIRATION.
BLACK-HOLE OF CALCUTTA.

ચોખી હવા તનદરોસતી જાલવવાને માટે જરૂરનીછે તેમાં કાંઈ પણ શક નથી. પેહેલાં લોહીને સાફ રાખવાને માટે જમ અને તેમ ચો

ખી હવા ભેઈએ, નહીતો લોહી સાફ થઈ શકે નહીં અને તેથી દરદો પેદા થયા વગર રહે પણ નહીં. અનમાએશ ઉપરથી માલમ પડીયું છે કે જે લોકો ગલીચ હવામાં રહે છે તેઓમાં દરદો અને મરણ વધારે થાય છે. શેહેરની હવા ગાંમડાંના કરતાં વધારે ગલીચ હોય છે અને તેથી શેહેરમાં ગાંમડાંના કરતાં વધારે રોગ અને મરણ થાય છે. આગલા એક આંકમાં હવામાં ગલીચી શું શું આવે છે તે જણાવીયું હતું. હવે એ ગલીચીથી માણસ ઉપર શું ખરાબ અસર થાય છે તે જણવાની અગત્ય છે, કાંયકે તે ઉપરથી લોકો જે એ બાબદ વીશે નબરવસપણું બતાવે છે તેઓને તે વીશેની પુરતી સમજ પડી શકે અને તેના ઉપાયો લેવાને ખાતરી રહે. ઘણા દરદો ગલીચ હવાથી પેદા થાય છે અને જારે તેઓને કેહેવામાં આવે છે કે એ સમજી ગલીચ હવાથી બનીયું છે તો તેઓ એકદમ ભૂશો લાવતાં નથી અથવા એક વખત સમજાવવા પછી પણ તે ઉપર ખેયાલ લેઈ જતા નથી.

શેહેરની તેમ ધરખારની હવા તરેહવાર રીતે ગલીચ થાય છે. પહેલાં, દમ માહેથી નીકલેલી હવા દમ લેવાની હવા સાથે મલીને તેને ગલીચ કરે છે; તેમાં કારબાનીક આસીડ ગેયાસનું વધારે પરમાણુ અને આરગાનીક વસતુ આવે છે. કારબાનીક આસીડ ગેયાસનું પરમાણુ હવામાં દર દશ હજાર ભાગે માત્ર ૪ ભાગ આવે છે. જે તે પરમાણુ વધીને ૧૫ થી ૩૦ થાય તો માથું દુખે છે અને ફેર તમર આવે છે અને જે તે વધીને ૫૦૦ થાય તો મરણ પણ નીપજે છે. ઘણા જણને ખબર છે કે પરત પડેલા કુવાઓમાં જારે માણસો અંદર ઉતરે છે તારે કોઈ વેલા તેઓ તરત ખેસુધ થઈને પડે છે અને તેમાં મરણ પણ થાય છે. અંજણા લોકો સમજે છે કે તેને ભુત અથવા જીન લખે છે, પણ ખરો ભુત તો કારબાનીક આસીડ ગેયાસ છે. એ ગેયાસ જાતે ભારી હોય છે અને ઈટલી દેશની કેટલીએક જગાઓમાં તે જમીન માહેથી પેદા થાય છે. કેટલીએક વખત નાહાના જાનવરો એવા ખાડાઓમાં પડે છે અને જે તરત બાહર કાહાડીયાં નહીં હોય તો મરણ પામે છે.

દમ માહેથી નીકલેલી હવામાં આરગાનીક વસતુ આવે છે. કેટલીએક જાતની તાપ, સહીયેડ, ગોવરૂં, મરફી, કોલારો, ખરાબ મરડો ઇતીયાંદી મરજીમાં માણસના દમ માહેથી જોરના બી ઉટે છે અને તે બીજા લોકોના દમમાં જઈને દરદનો ફેલાવો કરે છે. દરદી હાલત

માંજ નહીં પણ તનદરોસત હાલતમાં પણ દમ માહેથી આરગાનીક વ સતુ નીકલેછે. ઘણા જાણુનું મોહોડું વાસ મારેછે, એવી હાલતમાં તે શખસનો દમ બીજાનાં દમમાં જાયેતો નુકસાની કરીયા વગર રહે નહીં.

હવે જાંહાં ઘણા માણસો એકઠાં થાયેછે, જેમકે જાહેર મીજલસ, ટીયેટર, બાલરૂમ, લેકચરરૂમ, દેવલ, હોટેલ, ઇતીયાદી, તાંહાંની હવા જલદીથી ગલીચ થાયેછે અને જો હવાનાં આવજાવનો બરાબર બંદો બસત કીધેલો નહીં હોયેતો નુકસાની કરેછે. વારેઘડીએ દેવલોમાં ત થા ટીયેટરમાં અથવા બાલરૂમમાં માણસોને બેસુધ થતાં સાંભલીયેછ તે નું કારણ તે જગાનાં ઓરડાઓની હવા પુશકલ માણસો એકઠાં થયા થી ગલીચ થાયેછે તેને લીધે હોયેછે. એવી જગામાં માથું ભારી થવા માંડેછે, માથું દુખેછે અને કોઈ વખતે ઉલટી થાયેછે. જારે એવી હ વામાં આરગાનીક વસતુ વધુ હોયેછે અને જો તેમાં તરણ ચાર કલાક કાહાડીયા હોયેતો એક બે દાહાડા પછી પણ ખરાબ જાતની તાપ લા ગુ પડેછે અને તેથી જાન પણ ધાસતીમાં આવેછે. ઘણા જાણુને કલક તાનાં “બલાક હોલ” ની તવારીખ ખબર હશે. એક નાહાનાં બંધ બસત ઓરડામાં પુશકલ માણસોને રાખીયાથી શું ખરાબ અસરો થા યેછે તે એ તવારીખ ઉપરથી સમજ પડેછે.

ઈ. સ. ૧૭૫૬ ની ૨૧ મી જુનની રાતરે મીરજા મહમદ જે સુરજી દોલાને નામે ઓલખાતો બંગાલ પરાંતોનો સુબેદારે કેટલાએક યુરોપીયનોને એક નાહાની ઓરડીમાં કેદ કીધા હતા. મીં જાહન હાલવેલ તેમાં હતો અને તે પોતાની અને પોતાના સોબતીઓની અ વસથા આ પરમાણે લખી જાયેછે.

“આ કમબખત લોકો લડાઈ અને મેહેનતથી થાકી ગયેલા અને કેટલાએક જાણુ તરતના ઘાહથી હેરાન થયેલા હતા, તેઓને એક ૧૮ ફી ૮ લાંબી અને ૧૪ ફીટ પોહોલી કોઠરીમાં, જે પુરવ તથા દક્ષીણ તરફ દીવાલથી તદન બંધબસત, ઉતર તરફ દીવાલ અને એક બારણું આવેલું અને પસચીમ તરફ બે નાહાની ગરાડની બારીઓ મુકેલી, એવી જગામાં ૧૪૬ માણસો કે જે માહેનો મોટો ભાગ યુરોપીયનોનો હતો તેઓને રાતનાં આઠ કલાકને અમલે ખીચાખીચ બંધ કીધા હતા.

“હજુરતો બંધ કીધાને થોડી મીનીટ થઈ નહીં હશે એટલામાં સંધલા જાણુને એટલો પસીનો પડવા માંડીયો કે તેનો ખેવાલ પણ થ

ઈ શકે નહી. એથી કરીને તેઓને તરસ લાગવા માંડી અને જેમ પસીના વધતો પડતો ગયો તેમ તરસ પણ વધારે લાગવા લાગી. વધારે હવા મલે એટલા માટે તરેહવાર ઉપાયો કરવામાં આવીયા. દરેક માણસે કપડાં કાઢાડી નાખીયાં અને દરેક જણની તોપી હીલવા માંડી. ઘણા જણ ભોંએ ઉપર બેસી ગયા પણ દર વખતે તેઓ માહેના કેટલાએક ટુટી પડીયા અને તરત ગુગરાઈને અથવા પગે કચડાઈને મરી ગયા.

“ નવ વાગાની અગાઉ દરેક જણની તરસ ખમાઈ શકાઈ નહી અને દમ લેવાનું બીકટ થતું ગયું. કેદીઓ ઘેલા થઈ ગયા અને બાહરના ચોકીયાનોને ઘણી ગાલો દેવા માંડી કે જેથી તેઓને ગોલીઓથી મારી નાખેતો બેહેતર. સઘલા જણ પાણીનો પોકાર મારવા લાગા. થોડું પાણી લાવી આપીયું પણ તેથી ઉલટી આતસ ઉપર તેલ નામે તેમ તરસ વધવા માંડી, એથી ઘભરાત વધતો ગયો અને તેવામાં કેટલાએક અંપાઈને મરી ગયા. પેલા અંડાલ ચોકીયાનો તેઓને થોડું થોડું પાણી આપતા ગયા અને પાણી મેલવવાને જે તેઓમાં મારામારી થતી તે જોવાને મારી આગલ મસાલો ધરીને તેઓના કુખથી મળાહ લેતા હતા.

“ અગીયાર વાગાની આગમચ નજદીક તેઓ માહેનો તરીજો ભાગ મરણ પામીયો. તરસ સોસાઈ શકાઈ નહી પણ મીઠા હાલવેલે પોતાના શરતની બોંહે માહે પચેલો પસીના તથા કપાલ અને એહેરા ઉપરથી રેલતો પસીના ચુસીને મોહોડાંને બીજવેલું રાખીયું. સાડા અગીયાર વાગતે જીવતા રહેલા માહેલા ઘણા જણના ઘેલાપણના હાલ થઈ ગયા. હવે સઘલા જણ હવાને માટે પોકારવા માંડી ગયા. ફરીથી સુબેદારને અને ચોકીયાનોને જટલી ગાલો દેવાયે તેટલી વાપડી કે જાંહાં તાંહાંથી ગોલી મારીને તેઓને મારી નાખે. દરેક જણ આ હાતા હતા કે પેહેલી ગોલી પોતાને વાગે. કેટલાએક જણ બીજાઓની ઉપર પડીને મરી ગયા અને મુવેલાં તેમ જીવતાં માણસો માહેથી બાક નીકલવા લાગો કે જેનો વાસ ખમાઈ નહી શકાયે એવો હતો.

“ બે વાગે સઘલા જણ મારી તરફ હવાને માટે ઉભા રહેયા, તાંહાં ગીરડી એટલીતો થઈ કે કેટલા જણ ઉભાને ઉભાજ મરણ પામીયા. સહવાર પડવા માંડી અને ચોરડાની હવા તદ્દન નહી ખમાયે એવી થઈ ગઈ.

“એ વખતે સુષેદારને તેઓના કેદની ખબર થઈ અને તેણે પુછાવયું કે તેઓનો સરદાર જીવતોછે કે નહીં. મી૦ હાલવેલને દેખાડવામાં આવીયો અને છ વાગતે સઘલાનો છુટકો થયો.

“એ પરમાણે એક નાપાક બંદીખાનામાં રાતના ૮ વાગતાથી તે સહવારના છ વાગતા લગી રહેયા હતા અને ૧૪૬ માણસો માહેથી માતરે ૨૨ કે ૨૩ જણ જીવતા નીકલીયા અને તેઓ માહેનાં કેટલા જણને ખરાબ જાતની તાપ આવી હતી, અને તે માહેના કેટલા જણ તેથી મરણ પામીયા હતા.”

એ પરમાણે એક સાંકડી જગામાં પુશકલ માણસોને રાખીયાથી તેઓના બદન માહેથી નીકલતાં જોઈંથી મરણ થાયેછે. જો જાનથી બચેછે તો ખરાબ જાતની તાપ લાગુ પડીને મરણ નીપજેછે અથવા બદન ઉપર ઘડ ધુમડાં અને પાયાં થઈ આવેછે.

મી૦ વેકલી કેહેછે, કે મીદલસેક્સ પરાંતમાં દર વરસે ઓછામાં ઓછાં ૧૫૦ બચાં બીછાનામાં ગુગરાઈને મરણ પામેછે. માઆપના બેદરકારપણાને લીધે તેઓ બીછાના અને ઓઢણાના કપડાંમાં વીરલાઈ જાયેછે તેથી પોતાના દમની હવાજ પાછી દમમાં લેવી પડેછે અને તેથી મરણ નીપજેછે.

ઘણી વેલા લોકો સાંકડી જગામાં ખીચોખીચ વસેછે અને એક મેકના દમની હવા પાછી દમમાં લેછે અને જોકે તેઓ ઉપર તરત ખરાબ અસર થતી નથી તોયપણ તેઓની તનદરોસતીમાં બીગાડો થતો જાયેછે અને આખરે કાંઈ દરદના ભોગ થઈ પડેછે. એવી જગામાં રહેયાથી એહેરો ફીકો થવા માંડેછે, લુપ્ત કમતર થતી જાયેછે, અને થોડા વખતમાં બદનનું કુવત અને જીવની હુંશીયારી કમતર થાયેછે. લોહી બીગડેછે અને બદન એવી હાલતમાં આવી જાયેછે કે જેથી દરદ તે ઉપર જલદીથી ગલળો કરી શકેછે, અને તેમાં છાતીના દરદો વધારે સાધારણ હોયેછે. ખડીના મરજનું ઘણુંખડું મુલ એજ હોયેછે.

હંદગી લાંબી રાખવાની કલા.

માણસની હંદગી.

ART OF PROLONGING LIFE.

THE LIFE OF MAN.

માણસની હંદગી કાંડાં લગી વંધી શકે અને માણસો કેટલું લગી જીવેછે તે બાબતે ગયા આંકોમાં જણાવી હતી. હવે માણસની હંદગીને અખતરો કેવોછે, તે ક્રીયા ભાગ અથવા શક્તી ઉપર આધાર રાખેછે અને તે બીજા જીવનંતની હંદગીથી શું ફરક ધરાવેછે તે જાણવાની અગત્ય છે, કાંપેકે તે ઉપરથી માણસ પોતાની તનદરોસતી જાલવવાને શક્તીવાન થાયછે.

માણસ કુદરતની એક સહથી મોટી કૃતેહ છે અને સઘલી કુદરત તેમાં સમાઈ રહેલી છે. આ દુનીયામાં માણસની બનાવત પછી બીજી વધારે સરસ કુદરત કેંદે નજરે પડતી નથી. તે પોતે જાતે એક નાહાની દુનીયા છે અને મોટો દુનીયાનો નમુનો તથા નકલ છે.

તેની હંદગી સહથી લાંબી છે; તેના બાંધે ઘણાજ નાજુક અને સમપુરણ છે; તેના ભાગે ઘણાજ ઉંચા અને સહથી સરસ રીતે બનાવેલા છે અને તેની જીવ શક્તી અને જાતી ખપ સહથી જોરાવર છે. એટલા માટે તે આખી કુદરત સાથે જોડાયેલો રહે છે અને તેને ઘણી જરૂરી યાતો છે, પણ તે સાથે હરેક બીજા જીવનંત કરતાં તેનામાં સહથી પુરતી અને ઉમદા પુરાણ શક્તી છે.

માણસની હંદગી તેનું તન તપાસતાં એક ચાલુ નાશ અને પુરણી, મરણ અને જીવણની ફેરબદલી સીવાયે બીજું કંઈ નથી; દર પહેલે નવા પદારથો કુદરત માહેથી એકઠા કરવામાં આવેછે, તે મુવેલા પદારથોને જીવ આપેછે અને રસાયણ દુનીયા માહેથી જીવતી દુનીયામાં તેઓની ફેરબદલી કરેછે. પણ તેજ પરમાંજે વલી બીગડી અને ઘસાઈ ગયેલા ભાગે જીવતી દુનીયા માહેથી તેઓનો સંબંધ દુટીને તેઓ રસાયણ દુનીયામાં જાંડાંથી આવીયા તાંડાં પાછા જાયેછે; અને એ ચાલુ ફેરફાર આપણા તનમાં જીવ શક્તી છે તેને લીધે બને છે અને

એટલા મારે એ જીવ શક્તીનો હમેશાં ચાલુ ખપ રહે છે. ટુકામાં, છંદગી એક ચાલુ મરણ અને જીવણનો ભેલ છે.

એ ઉપરથી સમજ પડશે કે માણસની છંદગીનો આધાર શા ઉપર રહેવો જોઈયે.

૧ જીવન—જીવ શક્તીનું પોશણ બાહરની કુદરત માહેથી મેલે છે. ખોરાક અને પાણીથીજ માતરે પોશણ મેલે છે એવું સમજવું નહીં. હવા માહેથી ફેફસાં અને ચામડીને રસતે બીજી પુશકલ ખોરાક જાય છે કે જથી જીવ શક્તીને વધારે જોર મેલે છે.

૨ જીવન—રસાયણ ફનીયા માહેથી જીવતી ફનીયામાં આવીને જીવ શક્તીની મારફતે મેલવણી, વધારો અથવા પુરણી થાય છે. દરેક ચીજ આપણા બદનમાં દાખલ થાય છે તે આપણી પોતાની કેહેવાયે તે આગમન તેમાં જીવ આવવો જોઈયે; દરેક સઘલા જીદા જીદા લાગો એવાતો બદલાઈ જાય છે કે તેની રસાયણ આસીયત છોડીને જીવતી આસીયત પકડે છે, તે એટલે સુધી કે આપણે તે હવા દમમાં લઈયે છે, અને જે વીજલી આપણા બદનમાં પસાર થાય છે, તે વતીક આસીયતમાં બદલાઈ જાય છે. એ પુરણી અને વધનું કામ આંતરડાં, ચામડી અને ફેફસાંની મારફતે ચાલે છે.

૩ જીવન—એ જીવવાલા પદારથોમાં વધારે ફેરફાર થઈને બદનના લાગોનું પોશણ કરે છે.

૪ જીવન—જીવ શક્તીથી બદનના લાગો અને બીજી શક્તીઓનો ખપ થાય છે. જે લાગો ઉલટથી કામ કરે છે તેઓનો ખપ થયા વગર રહેતો નથી, અને જાંઠાં ઘણો ખપ થાય છે તાંઠાં છંદગીની લંબાઈ ટુકી હોય છે.

૫ જીવન અને છેલું—જીવતી ફનીયા માહેથી કેટલીએક ચીજોનું રસાયણ ફનીયામાં જવું થાય છે, જે લાગ કામે નથી લાગતો તે ઉપરથી જીવ શક્તીનો આધાર જતો રહે છે અને તેમાં ફેરફાર થવા માડે છે, તે બદન માહેથી બાહર નીકળીને રસાયણ ફનીયામાં મલી જાય છે.

એ પાંચ કામથી છંદગી બનેલી છે અને તે બદનમાં હમેશાં ચાલુ રહે છે.

બદનમાં જે ખપ થાય છે તેનો વીચાર આપણું દીલ કેટલું કામ કરે છે તે ઉપરથી સમજ પડી શકશે. દરરોજ આપણું દીલ એક લાખ વખત બુમબાની મીસાલે કામ કરે છે, તે પોતાના જોરે કરીને લોહીને

આપા બદનમાં ફેરવેછે, અને તે કુવતથી ૫૦ અથવા ૬૦ રતલ વજનનું લોહી પસાર કરેછે. અને કીચો સહી સરસ લોહોડાંનેા સાંચો પણ ઘસાઈ જયા વગર એટલું બધું ચાલુ કામ કરીયા કરે ! એ સાથે આપણા આપા બદનની હીલચાલ લેધયેતો કેટલો ખંપ થાયેછે તેનો વીચાર સેહેલથી થઈ શકશે, અને એ ચાલુ મેહેનતથી નરમ ભાગો એટલુંજ નહી પણ ઘણા કઠીણ ભાગો ઘસાઈ જાયેછે. એ પરમાણે જોતાં જો આપણા બદનમાં પુરણી અથવા પોશણ થતું નહી હોયેતો આપણો જલદીથી નાશ થઈ જાયે. એવી અટકલ કરવામાં આવીછે કે દર તરણ મહીને આપણું બદન તેજ રેહેતું નથી પણ સઘલી નવી કણો તાંહાં આવીને ઉભી રેહેછે.

પણ જેમ ખંપ થાયેછે તેમ પુરણી અથવા પોશણ પણ અજબ રીતે થાયેછે; અને જરે એટલા બધા ખંપ છતાં આપણે આપણા બદનના ભાગો જાણે કાંઈ બનીયું નહી હોયે તેમ જોઈયેછ તારે પુરણી કેવી અજબ રીતે થતી હશે તેના ખેચાલ આવી શકશે. પરવાહી પદારથ જલદીથી પાછા બનેછે; અને અજમાયેશ ઉપરથી માલમ પડીયુંછે કે ગયેલું લોહી ચઉદ દાહાડામાં પાછું આવેછે. ઘટ વસતુ પણ જે મીસાલે પેહેલે પેદા થયાં તેજ મીસાલે પાછાં બનેછે, અને હાડકાં જે બદનમાં સહી ઘટ વસતુછે તે પણ બદલાઈને નવી થાયેછે; અને તેના પુરાવો જાનવરોને મંજીત રંગ ખવાડીયાથી થોડી મુદતમાં તેઓના હાડકાં લાલ થાયેછે તે ઉપરથી મલી આવેછે.

માણસની જીંદગીની ચાલ થોડા ખોલોમાં આ નીચે જણાવીયા પરમાણે હોયેછે:—

માણસનું દીલ જેમાં સઘલી જીવ ગતી અને પોશણનું મોટું મુલછે તે ઉમર જેમ વધતી જાયેછે તેમ નાહાનું થતું જાયેછે; તે એટલે સુધી કે છેલે તે આગલના કરતાં ૬ ઓછો જગા રોકેછે. તે પોતે જાતે જાડું અને કઠીણ થતું જાયેછે અને તેમ તેનું કુવત દર વરસે કમતર થતું જાયેછે. એજ પરમાણે સઘલી નેસો અને માસમાં બનેછે. સઘલી નેસો વધારે કઠીણ, વધારે સાંકડી, વધારે સોસાતી જાયેછે, અને કામ કરવાને લાએક રેહેતી નથી. ઘોલી નેસોમાં કાંકરી બંધાયેછે અને બારીક નેસો તદ્દન બંધ થઈ જાયેછે.

એથી આ નીચે જણાવીયા પરમાણેના પરીણામ નીપજે છે :—

૧ જી—જે નેસો ઉપર સઘલા પોશણનો આધાર રેહે છે તેના સો સાયાથી અથવા બંધ થયાથી ફેફસાં, આમડી આંતરડાં ઇતીવાદી ભાગોમાં ફેરફાર થતો જાય છે અને તેથી પોશણ નબળું થતું જાય છે. આ ગલની ખીસાલે ખોરાક લેવાઈ શકાતો પણ નથી અને તેથી પોશણ ફરીવલતું પણ નથી.

૨ જી—નેસો કઠીણ થયાથી તેઓની ગતી કમતર થાય છે, અને તેથી બદનના ભાગોમાં ફેરફાર અને નાશ થવા માંડે છે.

૩ જી—નેસો બંધ થયાથી, અને તેઓની ગતી કમતર થયાથી, બદનમાં જે ગલીચી નીકલી જઈને નવી ચીજો દાખલ થાય છે તે બની શકતું નથી. આમડી જે બદનનો ઘણો અંગતનો ભાગ છે તેના સુરા ખો ખુરાતાં જાય છે અને તેથી તે કાંમ કરવાને અશક્ત થાય છે; એજ પરમાણે ફેફસાં, ગુરદો અને આંતરડાંમાં બને છે. બદનના રસો વધારે જડ અને ગલીચ થતા જાય છે, તેઓમાં મતીનો ભાગ વધતો જાય છે અને મતી જે જીવ શક્તીનો કુશમન છે તે વધતી જાય છે અને આ પોઆપ આપણે જે મતી માટેથી આવીયા તે મતીમાં પાછા જવાને આગલથી તઈયાર થતા જઈએ છીએ.

એ પરમાણે જીવ મોહોતમાં લેઈ જાય છે અને તેની ચાલ આ નીચે જણાવીયા પરમાણેની છે :—

પેટેલાં આપણી મરજીની શક્તી ઘટતી જાય છે અને પછી જે કાં મો આપણી મરજી વગર બને છે તેઓની શક્તી કમતર થાય છે. દીલમાં એટલી શક્તી નહીં મલે કે જ્યાં હાથ પગના છેડા લગી લોહીને જોરથી મોકલી શકે; તેથી હાથ અને પગની ગરમી કમતી થતી જાય છે; તોય પણ લોહી-હલવેથી સુસતપણે ફરે છે અને તેથી જીવની બતી ચાલુ રહે છે. છેલ્લે ફેફસાંમાં લોહી પસાર કરવાને દીલમાં શક્તી રહેતી નથી. હવે કુદરત દમ ચલાવવાને મારે સઘલી મદદ કરે છે અને તેથી થોડું લોહી ફેફસાંમાં પસાર થાય છે. એ કુવત પણ છેલ્લે જ તું રહે છે, દીલમાં લોહી જતું નથી, તેથી તેની હીલચાલ બંધ થઈ જાય છે અને મોહોત આવે છે.

ચામડીનો ઉપયોગ—લાગણી, અને ચુસી લેવાની ખુબી.



USES OF THE SKIN. SENSATION & ABSORPTION.

ચામડીની બનાવટ વીશે આગલા એક આંકમાં જણાવીયું હતું; તે સાથે ઉપરની ખોલ અને ખરી ચામડીમાં શું ફરક છે, ખરી ચામડી માં કેટલાં પર આવે છે અને દરેકની બનાવટ શું છે તે પણ સમજાવીયું હતું. પણ ચામડીનો બદનમાં શું ઉપયોગ છે, અને તેના દરેક ભાગ શું શું કામ કરે છે તે જાણવાની ઘણી અગત્ય છે, કાંયેકે એ બાબદનાં જ્ઞાન વગર કેટલીએક તનદરોસતીને લગતી ભુલ કરવામાં આવે છે અને તેથી દરદો પેદા થાય છે.

ખરી ચામડીની ઉપર એક પર આવે છે, જેને આપણે ખોલ કરી ને કહીએ છ. ખોલ નામ એટલા માટે આપીયું છે કે તે ચામડી ઉપર થી પર અથવા મેલની મીશાલે નીકળી આવે છે; અને તેની જગા ઉપર બીજી ખોલ પેદા થાય છે. એ ખોલ ચામડીનો બંચાવ કરે છે. જરૂરે અકસમાતથી એ ખોલ ઘસાઈ જાય છે અથવા બલીસટર મારીયાથી એ ખોલ જુદી પડે છે, તારે ચામડીમાં આગ અગન બહે છે; અને તે ઉપરથી ખોલ ચામડીનો કેવી રીતે બંચાવ કરે છે તે સમજ પડી શકે છે. પણ એ ખોલની હેઠલની બાજુએ રંગતું પર આવેલું છે અને એ રંગ જુદો જુદો જાતનો તથા વધતો ઓછો હોવાથી ચામડીને તરેહવાર જાતનો રંગ આપે છે. હવે માણસની ચામડીનો રંગ તરેહવાર શા માટે હોય છે અને તેથી શું મતલબ પુરી પડે છે ? જ્યો મુલુક ગરમ અથવા થંડો તે મીસાલે માણસની ચામડીનો રંગ કાલો અથવા સફેદ હોય છે. કાલો રંગ ગરમીને પોતાની તરફ ખેંચે છે ખરો, પણ તે સાથે તેને ચુસી લે છે અને બદનની અંદર પસાર થવા દેતો નથી. એટલા ઉપરથી સમજ પડશે કે એક કાલું માણસ સુરજનાં તડકામાં લુહ લાગીયા વગર કામ કરી શકે છે, જરૂરે કે એક ગોરું આદમી થોડો વખત પણ અડચણ થયા વગર થોભી શકતો નથી. એજ કારણને માટે સઘલા મુલુકોનાં રેહેવાસીઓનાં માથાંના બાલ કાલા હોય છે, કે તે ગરમી પોતામાં ચુસી રાખીને અંદર પસાર થવા દે નહીં.

ખરી ચામડીનું પેહેલું પર નરવના છેડાઓનાં ગુચરાથી બનેલું છે અને તેથી સારી ચામડી લાગવાની ઈંદરીમાં ખપે છે અને તેથી હરેક ચીજની કઠણાઈ, વીસતાર અને સપાટી ઉપરથી તેના ગુણ માલમ પડી આવે છે. એ પરની ખુબીથી કઠણ અને નરમ, સુમારું અને ખલરાયેલું, ગરમ અને થંડું પરખાઈ શકાય છે. એ લાગણી બદનના જુદા જુદા ભાગમાં એકસરખી હોતી નહી. આંગલાને છેડે એ શક્તી સહી વધુ હોય છે, પણ હાથ પગના વચલા ભાગમાં સહી ઓછી હોય છે. જો એક કામપસના બે છેડા એકબ વખતે બદનના જુદા જુદા ભાગોને લગાડ્યું તો બેઉ અણીઓ માલમ પડવાને માટે તેઓનો અંતર વધારે અથવા ઓછો રાખવો પડે છે, જેમકે આંગલાને છેડે જો કામપસના બેઉ છેડામાં માતરે એક ઈંચનો ડેડ મો ભાગનો અંતર હોય તોય પણ બેઉ છેડા લાગેલા માલમ પડી આવશે, હાથની હઠેલીમાં ઈંચનો છઠા ભાગનો અંતર, ગાલ ઉપર નજલીક અરથો ઈંચ, કપાલ ઉપર પોણા ઈંચથી જરા વધારે, છાતીની વચોવચ પોણાબે ઈંચ અને હાથ અને જાંઘની વચોવચ ઉપર હડી ઈંચનો અંતર રાખવાની જરૂર પડે છે; એ ઉપરથી સમજ પડે છે કે ચામડીમાં લાગણીની ખુબી સઘતે ઠેકાણે એકસરખી હોતી નહી.

વલી ગરમી બદનના જુદા જુદા ભાગ ઉપર એકસરખી લાગતી નથી. જો એકજ ગરમીના પાણીમાં જમણો તથા દાબો હાથ બોરીયો હોયે તો દાબો હાથને વધારે ગરમી લાગશે. વલી એક આંગળું માતરે બોરીયું હોયે તો તેને આખા હાથ બોરીયા કરતાં ઓછી ગરમી લાગશે, એટલા માટે પાણીની ખરી ગરમી જાણવી હોયે તો માતરે એક આંગળું બોરીયાથી પરખાવું નથી, પણ આખો હાથ બોરવાની જરૂર છે.

વલી ચામડી ઉપર ખુબવાટ, જનની, ચચરડું, સુખા ખુચવા, ઘ નકા મારવા, ઘીલી, અગણ ઈત્યાદી એ લાગણીના જુદા જુદા આકાર છે અને બદનના જુદા જુદા ભાગ ઉપર તેઓની એકસરખી અસર થતી નથી; જેમકે કાખ, પાસરાં અને પગના તલીયામાં ઘીલી ઘણી લાગે છે.

પણ એ પેહેલાં પરમાં નરવના છેડાનું ગુચરું આવે છે, એટલુંજ

ચામડીનો ઉપયોગ—લાગણી, અને ચુસી લેવાની ખુબી.



USES OF THE SKIN. SENSATION & ABSORPTION.

ચામડીની બનાવટ વીશે આગલા એક આંકમાં જણાવીયું હતું; તે સાથે ઉપરની ખોલ અને ખરી ચામડીમાં શું ફરકછે, ખરી ચામડીમાં કેટલાં પર આવેછે અને દરેકની બનાવટ શુંછે તે પણ સમજાવીયું હતું. પણ ચામડીનો બદનમાં શું ઉપયોગછે, અને તેના દરેક ભાગ શું શું કામ કરેછે તે જાણવાની ઘણી અગત્યછે, કાંયકે એ બાબદનાં જ્ઞાન વગર કેટલીએક તનદરોસતીને લગતી ભુલ કરવામાં આવેછે અને તેથી દરદો પેદા થાયછે.

ખરી ચામડીની ઉપર એક પર આવેછે, જેને આપણે ખોલ કરી ને કહીયેછ. ખોલ નામ એટલા માટે આપીયુંછે કે તે ચામડી ઉપર થી પર અથવા મેલની મીશાલે નીકલી આવેછે; અને તેની જગા ઉપર બીજી ખોલ પેદા થાયછે. એ ખોલ ચામડીનો બંચાવ કરેછે. જરે અકસમાતથી એ ખોલ ઘસાઈ જાયછે અથવા બલીસટર મારીયાથી એ ખોલ જુદી પડેછે, તારે ચામડીમાં આગ અગન બલેછે; અને તે ઉપરથી ખોલ ચામડીનો કેવી રીતે બંચાવ કરેછે તે સમજ પડી શકેછે. પણ એ ખોલની હેઠલની બાજુએ રંગતું પર આવેલુંછે અને એ રંગ જુદો જુદો જાતનો તથા વધતો ઓછો હોવાથી ચામડીને તરેહવાર જાતનો રંગ આવેછે. હવે માણસની ચામડીનો રંગ તરેહવાર શા માટે હોયેછે અને તેથી શું મતલબ પુરી પડેછે ? જોવો મુલુકુ ગરમ અથવા થંડો તે મીસાલે માણસની ચામડીનો રંગ કાલો અથવા સફેદ હોયેછે. કાલો રંગ ગરમીને પોતાની તરફ ખેંચેછે ખરો, પણ તે સાથે તેને ચુસી લેછે અને બદનની અંદર પસાર થવા દેતો નથી. એટલા ઉપરથી સમજ પડશે કે એક કાલું માણસ સુરજનાં તડકામાં લુઉ લાગીયા વગર કામ કરી શકેછે, જારે કે એક ગોરું આદમી થોડો વખત પણ અડચણ થયા વગર થોભી શકતો નથી. એજ કારણને માટે સઘલા મુલુકોનાં રેહેવાસીઓનાં માથાંના બાલ કાલા હોયેછે, કે તે ગરમી પોતામાં ચુસી રાખીને અંદર પસાર થવા દે નહી.

ખરી ચામડીનું પેહેલું પર નરવના છેડાઓનાં ગુચરાથી બનેલું છે અને તેથી સારી ચામડી લાગવાની ઈંદરીમાં ખપે છે અને તેથી હરેક ચીજની કઠણાઈ, વીસતાર અને સપાટી ઉપરથી તેના ગુણ માલમ પડી આવે છે. એ પરની ખુબીથી કઠણ અને નરમ, સુમારું અને ખભરાયેલું, ગરમ અને થંડું પરખાઈ શકાય છે. એ લાગણી બદનના જુદા જુદા ભાગમાં એકસરખી હોતી નહી. આંગલાને છેડે એ શક્તી સહી વધુ હોય છે, પણ હાથ પગના વચલા ભાગમાં સહી ઓછી હોય છે. જો એક કામપસના બે છેડા એકજ વખતે બદનના જુદા જુદા ભાગને લગાડ્યું તો બેઉ અણીઓ માલમ પડવાને માટે તેઓના અંતર વધારે અથવા ઓછો રાખવો પડે છે, જેમકે આંગલાને છેડે જો કામપસના બેઉ છેડામાં માતરે એક ઈંચનો ૩૬ મો ભાગનો અંતર હોયે તોયપણ બેઉ છેડા લાગેલા માલમ પડી આવશે, હાથની હઠેલીમાં ઈંચનો છઠ્ઠા ભાગનો અંતર, ગાલ ઉપર નજદીક ચરધો ઈંચ, કપાલ ઉપર પોણા ઈંચથી જરા વધારે, છાતીની વચોવચ પોણાંબે ઈંચ અને હાથ અને જાંઘની વચોવચ ઉપર હડી ઈંચનો અંતર રાખવાની જરૂર પડે છે; એ ઉપરથી સમજ પડે છે કે ચામડીમાં લાગણીની ખુબી સઘત્તે ઠેકાણે એકસરખી હોતી નહી.

વલી ગરમી બદનના જુદા જુદા ભાગ ઉપર એકસરખી લાગતી નથી. જો એકજ ગરમીના પાણીમાં જમણો તથા દાબો હાથ બોરીયો હોયે તો દાબા હાથને વધારે ગરમી લાગશે. વલી એક આંગળું માતરે બોરીયું હોયે તો તેને આખા હાથ બોરીયા કરતાં ઓછી ગરમી લાગશે, એટલા માટે પાણીની ખરી ગરમી જાણવી હોયે તો માતરે એક આંગળું બોરીયાથી પરખાતું નથી, પણ આખો હાથ બોરવાની જરૂર છે.

વલી ચામડી ઉપર ખુજવાટ, જનની, ચચરડું, સુયા ખુચવા, ઘનકા મારવા, ઘીલી, અગણ ઇત્યાદી એ લાગણીના જુદા જુદા આકાર છે અને બદનના જુદા જુદા ભાગ ઉપર તેઓની એકસરખી અસર થતી નથી; જેમકે કાખ, પાસરાં અને પગના તલીયામાં ઘીલી ઘણી લાગે છે.

પણ એ પેહેલાં પરમાં નરવના છેડાનું ગુચરું આવે છે, એટલુંજ

નહી પણ તેમાં ઘેરી અને બહુ નેસોના બારીક છેડાઓનું ગુચડું આવેછે અને તેથી જમ ફેફસામાં હવા અને પાણીનો બાક જાયછે અને લોહીને સાફ રાખેછે તેજ મીસાલે આમડીમાં હવા અને પાણી ચુસાયેછે અને એક રીતે તે ફેફસાનું કામ કરેછે. દરદને લીધે જારે આ મડીનાં સુરાઓ બંધ થાયછે, તારે ફેફસાંને વધારે કામ કરવું પડેછે, એટલુંજ નહી પણ જો આમડી ઉપર વારનીશ મારોને તેના સુરાઓ બંધ કરી લીધા હોયેતો જમ માણસ હવા વગર ગુંગરાઈને મરી જાયછે તેવી હાલત તેની થાયછે એ બાબદનો સમજણ નહી હોવાથી જ રે પોપ દસમાં લીઓની વખતે એક છોકરાની આમડી ઉપર સુનેરી વરખ ચોહોતાડી દીધો હતો તારે તે થોડા વખતમાં ગુંગરાઈને મરણ પામીયો હતો. એ ઉપરથી સમજ પડશે કે જમ ફેફસામાં હવા જાયછે તેમ આમડીમાં પણ પેવસ થાયછે અને જો આમડી મેલથી ભરાઈ જાયેતો દરદ પેદા કરીયા વગર રહે નહી. આમડીમાં ખરેખર હવા અને પાણીનો બાક પેવસ થાયછે તેની અનભાવેશ કરવી હોયેતો તે બની શકશે. એક શખસ તોલાઈને તરફીશ બાથમાં ૧૮૦ ડીગરીની ગરમીમાં એક કલાક લગી રહેયો. પસીનો પડી યાથી તે એક રતલ વજનમાં ઘટીયો. કપડાં પેહરીને તે ઘર ગયો અને બે કલાક પછી પાછો તોલાયો અને માલમ પડીયું કે તેનું વજન એક રતલ વધીને પાછું આગલનાં જેટલું થયું; તેણે એ વખતમાં કાંઈ પણ ખાધું અથવા પીધું નહી હતું અને અલખત જ વજન વધીયું તે હવા માહેથી પાછું પાણી ચુસીયાથી બનીયું હતું.

આમડી હવા માહેથી પાણી ચુસેછે એટલુંજ નહી પણ જો બદન પાણીમાં બોરીયું હોયેતો તે પાણી ચુસાયેછે, એટલુંજ નહી પણ જો પાણીમાં કાંઈ ખાર અથવા બીજી દવા હોયેછે તે પણ ચુસાયેછે અને ઘણી વેલા તે ચીજો પીસાબ માહેથી પસાર થાયછે. ઘણા લોકોને ખબર હશે કે જારે વાહાણ ઉપર પીવાનું પાણી ખુટી જાયેછે તારે ખલાસીઓ કેટલાએક કલાક સુધી દરીયાનાં પાણીમાં પડી રહીને તરસ મતાહેછે; અને ખરેખર તેથી તરસ મતેછે પણ, કાંયકે આમડી માહેથી પાણી બદનમાં પેવસ થાયેછે. આમડી ઉપરની ખોલ પેહેલાં પાણી પસાર થવાને અટકાવ કરેછે, પણ થોડો વખત તેમાં પડી રહેયાથી પાણી પેવસ થાયેછે. આમડીની એવી ખુબીને લીધે કેટલીએક જાતની

દવાઓ જે હોજરીને રસતે લેવાઈ શકાતી નથી તે ચામડી ઉપર લગાડીયાથી બદનમાં પસાર થાયેછે, અને તેવોજ ગુણ કરેછે. એરંડીયું, જમાલગોટાનું તેલ, તરપેનટાઈન ઇતીયાદી પેટ ઉપર મસલવામાં આવેછે અને તે ચામડી માટેથી પેવસ થઈને ગુણ કરેછે. ફેટલીએક વખત બલીસટર મારીને ખોલ કાઢાડી નાખીને ખરી ચામડી ઉપર દવાઓ લગાડવામાં આવેછે અને તે તરત દવાઓને ચુસી લેછે.

પણ ચામડીનાં હેઠલનાં પરમાં તરણ જાતનાં બારીક ગાંઠો મુકે લાછે; એક જાતના ગાંઠ માટેથી પસીના પેદા થાયેછે, બીજા માટેથી તેલ જેવી વસતુ નીકલેછે અને તરીજી જાતનાં ગાંઠ બાલનું મુલ હોયે છે અને તેથી ચામડીનો ઉપયોગ વધી પડેછે અને તે હવે પછી જણાવસું.

બચાંની તનદરૌસતી.

બચાંને ધવાડવાની રીત.

HEALTH OF CHILDREN :—SUCKLING.

શીરીનબાઈને તાંહાં મીજલસ મલીછે અને ગઈ વેલા ડાકટરે શું સમજાવીયું તેની વાતો કરેછે. શીરીનબાઈ કેહેવા લાગાં કે “ હાલને કાલતો આપણા લોકોમાં ધવાડનારી રાખવાનું વધી પડીયુંછે; જાંહાં જોઈશું તાંહાં ધવાડનારી જોવામાં આવેછે; અને જરે તેનું કારણ પુછી પેછ, તારે બે કારણો દેખાડવામાં આવેછે; એકતો માએને કુધ ઘણું થોડુંછે અને બીજુંતો બચાંને કુધ સડતું નથી. આજ દશ વરસ ની વાત ઉપર કોઈ ધવાડનારી જોવામાં આવતી નહી હતી પણ હાલ તેઓનો અપ ઘણો જોવામાં આવેછે; એ ઉપરથી અટકલ કરવામાં આવેછે કે કદાચ હાલ આપણા લોકોમાં ઉપર જણાવેલા કારણો માતરે બાંહાંણા હશે અને પોતાની ફીસીયારી બતલાવા સીવાએ બીજું કંઈ નહી હશે એવું મને લાગેછે.”

એવામાં ડાકટર આવી પુગા અને શીરીનબાઈએ પોતાનો વીચાર જણાવીયો.

૬૧૦—તમે કહોછો તેમાં ઘણી સચાઈછે. હું માફ માગીને કહું છું પણ મને બોલીયા વગર ચાલતું નથી કે, હાલની આપણી જીવાન છોકરીઓમાં અને તે માતબર લોકોમાં જરા નાજીકાઈની નીશાણી માલમ પડેછે અને તેઓના ધણીઓ તેઓને ઘણી વેલા ખોટો લાડ લડાવેછે. એકતો ધણી નાહાની વયેની છોકરીઓ માએ થાયેછે, તેથી પોતાની સંભાલ લેઈ શકતાં નથી અને તેથી તેઓને દુધ કમતર આવેછે. વલી એટલાં કમતર દુધ સુધાં વલી નાજીકાઈ પકડીને જાણે બચાંને ધવાડવાને અશક્ત હોયે એવું દોલ ઘાલેછે; પોતાના ધણીને ધવાડનારી રાખવાની ફરજ પાડેછે; પોતે જાતે ધવાડવાની કોશેશ કરતી નથી અને જરા પણ દુધ હોયેછે તે ઉડી જાયેછે. અલબત્ત ધણીને ધવાડનારી રાખવાની છેલે ફરજ પડેછે. વલી કેટલીએક એરતો એમ સમજેછે કે બચાંને ધવાડીપાથી તેઓ દુબલાં થઈ જાયેછે અને પોતાનો એહેરો અને એસકાઈ જાલવવાને માટે બચાંને ધવાડતાં નથી; પણ તેના પરીણામ ઘણા માઠાં નીપજેછે તે મેં ગઈ વેલા તમુને સમજાવીયુંછે તેથી અહીં વધારે બોલવાની જરૂર નથી. વલી જે એરત પોતાના બચાંને સમજ રાખીને ધવાડેતો કદી પણ તે દુબલી થતી નથી પણ તેથી ઉલટું તે વધારે તને તેમ મને જોરાવર થાયેછે.

બાંનુ૦—પણ ગરીબ લોકોમાં પણ આપણે વારેઘડીએ જોઈયેછ કે જાંહાં માએ બચાંને ધવાડી શકતી નથી; તેઓથી ધવાડનારી રાખવાને બનતું નથી અને નાચારીએ ગાએ ભેસનું દુધ પાવું પડેછે. હવે તે બીચારાંઓને એસકાઈ કરવાનું કાંહાંથી સુહુજ પડે.

૬૧૦—ખરી વાતછે; તેઓનાં ધણી તેઓને લાડ લડાવી શકે પણ નહીં; પણ તેઓને જે દુધની ખુટ પડેછે તેનું કારણ ઘણુંકરોને નાહા નપણમાં પરણીયાને લીધે હોયેછે.

શી૦—પણ એ ગરીબ લોકો જારે દુધ હોતું નહીં તારે પોતાના બચાંને ગાએનાં દુધ ઉપરજ ઉધારેછે, અને મેં ઘણા દાખલા જોયાંછે કે જાંહાં બચાં તે ઉપર ઉધરી શકતાં નથી.

૬૧૦—સઘલી માએ ખુબ યાદ રાખવું કે નાહાનાં બચાંનો ખોરાક માએનાં દુધ સીવાએ બીજે કાંઈ પણ નથી; અને પોતાનાં દુધ કરતા પારકી એરતનું દુધ એકદમ માફક આવવું પણ મુશકેલછે. ઘણી વેલા બેસમજથી દુધ સીવાએ બચાંને બીજે ખોરાક આપવામાં

આવેછે અને તેથી બચું હેરાન થાયછે. બચાંને લાયક ખોરાક કુધ સીવાય બીજો કોઈ પણ નથી. બચાંની નાજીક હોજરીમાં કુધ સીવાય બીજો ખોરાક પચવો મુશ્કેલછે. જો બચું સુખી તનદરોસત ઉધારવું હોયે અને તેને લાંબી જીંદગી બખશવી હોયે અને તેને દરદોથી અલગ રાખવું હોયેતો તેને માચેનાં કુધ સીવાય બીજો કાંઈ પણ ખોરાક આપવો નહી.

બાતુ૦—પણ ઘણા બચાંને કુધ, ચાહેતું પાણી, અને ચારાટની કાંજ ઉપર જનમથીજ ઉધારવામાં આવેછે, અને તેઓ તે ઉપર ઉધારી શકેછે.

ડા૦—ખરું પણ તેઓના હાલ કેવા હોયેછે. તમે તેને કદી પણ તનદરોસત જોશો નહી; તે કુબલું રહેછે; ચામડીની કરચલી વલી જાયછે; પેટનો મરજ સાધારણ હોયેછે; વખત પરમાંણે ચાલવાને અશક્ત હોયેછે. ટુકામાં તે બચું તનદરોસત તમે કદી પણ જોશો નહી.

શી૦—પણ ઘણી વેલા માચેને કુધ થોડું હોયેછે, ધવાડનારી સઘલાં લોકો મેલવી શક્તાં નથી અને તેઓને માચેનું કુધ આપવાની ફરજ પડેછે.

ડા૦—જો બરાબર પુછોતો ઘણું કરીને માચે બચાંને ધવાડવાના વખતની સમજ રાખતી નથી, તે જારે ગમે તારે ધવાડેછે અને તેથી કુધ કમતર થઈ જાયછે; જો માચે વખત ઉપર અને બીજી બાબ હો ઉપર ઘેવાન આપેતો કુધ બરાબર પુરતું પડે તેમાં કાંઈ શક નથી. જો માચે બચું જને તેને કુદરત પોતે પુરતું કુધ આપેછે. પણ માચે પોતે બેસમજથી એ કુધને કમતર કરી નાખેછે. આપણા લોકોમાં બચું જારે પણ રહેછે તારે તેનું કારણ માતરે એકજ સમજેછે, કે બચું ભુખુંછે; અને તેને તરત થાન આપેછે. પણ તેઓ એક ઘડી પણ વીચાર કરતાં નથી કે બચાંનાં રડવાનું કારણ કદી પણ એકજ હોયે નહી, અથવા રડવાને અંધ કરવાનો ઉપાયે પણ એકજ હોયે નહી. બચાંને ભુખ લાગેછે તારે પોતાની હાજત રડીને જણાવેછે અને જારે થાન આપવામાં આવેછે તારે ખુશી મઘન થાયેછે અને જોરથી ધાવવા મંડી જાયેછે. પણ રડવાના કારણ બીજાં ઘણાં હોયેછે. બચું એક ગમ સુધી રહેયું હોયે અને તેને ઝળથી ભરાઈ આવી હોયેતો તેને તે નરમ પડે તાંહાંશુધી રડીયા કરેછે; જો પોશાક કેકેથી તં

ગ હોયેછે તો તે ઢીલો કરવામાં નહીં આવે તાંહાંશુધી રડીયા કરેછે; જો આંખ ઉપર ઘણી રોશની પડેછે તો તે સમજાવી શકતું નથી પણ રડીયા કરેછે; જો બદનને ગરમી લાગેછે અથવા થંડી લાગેછે અથવા સરદી લાગેછે તો રડીયા કરેછે; જો કરીતે પકડીયું હોયેછે તો બચું રહેછે; જો બચાંનું પેટ ઘણું દુધ પીધાથી ફુલાઈ આવેછે તો રહેછે. હવે તમે વીચાર કરો કે એવાં બીજાં સો કારણોને લીધે જારે બચું રહે તારે તેને થાંન આપવું કેટલું બેવકુફી ભરેલું છે.

શી૦—હા, જેમ આપણે ઘણું ખાઈયેછ તારે તસકાઈ જઈયેછે અને બેચેન રહીયેછે, તેજ મીસાલે જારે બચાંના પેટમાં દુધ વધારે જાયે તેથી તસકાઈને રહે, એ વખતે બચાંને રડતાં બંધ કરવાને માટે વધારે દુધ ધવાડવું ઘણુંજ બેસમજ ભરેલું લાગેછે. જે પીડાથી તે દુખી થાયે તેજ પીડા ધવાડીયાથી ઉલટી વધે તેમાં કાંઈ શક નથી. મને પણ એ વીશેની કાંઈ સમજ હતી નહીં. બચાંને રડતાં મુગું રાખવાની રીત તેને થાંન આપીયા સીવાયે બીજું કાંઈ સમજતી હતી નહીં; પણ તમે કહોછો તેમ તેથી બચું મુગું રહે એ આશા તદ્દન ખોટી ઠરતી હતી. હવે મને સમજ પડેછે કે આજશુધી મેં કેટલી બેસમજ રાખી હતી અને કેટલાં જણ રાખતાં હશે તેનો કાંઈ પાર નથી.

હા૦—બચું ઘણી વેલા રડીને તરત મુગું રહી જાયેછે. તે કાંઈ પણ નવાઈ જેવું અથવા અંજાણું જીવેછે એટલે તે રહેછે, પણ તે તરત મુગું રહી જાયેછે; પણ એ રડવું બચાંને કાયેદાકારક છે. તેની છાતી ખીલેછે અને લોહીનું બદનમાં બરાબર ફરવું થાયેછે; અને કુદરત જાણે તે રડવાને ઉશકેરેછે. પણ જારે બચું ઘણોવાર લગી રડીયા કરે અને થાંન ધરીયાથી મુગું નહીં રહે તારે સમજવું કે બચાંને કોઈ પણ પીડા થઈછે; અને તરત તેનું કારણ સોધી કાઢાડવાની જ રહેછે; એ કારણ જલદીથી માલમ પડી આવવાને મુશકેલ છે, પણ કારણ સમજ નહીં પડે તેથી દુધ ધવાડવું ઘણું નુકસાનકારક છે.

બાનુ૦—પણ વાર, ઘડી ઘડી થાંન આપીયાથી માએનું દુધ કે મ કમતર થાયેછે તે મને સમજ પડતી નથી.

હા૦—થાંનમાં દુધ પેદા થાયેછે અને તાંહાંન એકઠું થાયેછે. હવે જો બચું એક વખત ધાવી રહીયું એટલે થાંનનું દુધ ખલાસ

થાયેછે અને બીજું વધારે પેદા થવાને અને એકઠું થવાને માટે બે, તરણ, અથવા ચાર કલાકનો વીલમ લાગેછે. જો હવે એક વખત બચું બરાબર ધાવે અને પછી પા અથવા અરધા કલાકમાં તેને પાછું થાન આગલ ધરેતો તેને સેડેન્ કુધ મલી શકેછે, થાન તરફ લોહીનો જોસો થઈ આવેછે પણ તેથી કુધ વધારે વેહેતું નથી, ઉલટું થાન ઉપર વધારે કાંમ આવી પડીયાથી તે કામ કરવાને અશક્ત થાયેછે અને એ પરમાંજો ઘડી ઘડી બચાંને થાન આગળ ધરીને થાનને ખીંચવીયાથી તેનું કુધ કમતર થઈ જાયેછે અને છેલ્લે કુધ તદ્દન ઉડી જાયેછે. ઘણી વેલા થાન લાલ થઈને સુઝી આવેછે અને તેમાં પડ્ડાં ધાયેછે. એ ઉપરથી સમજ પડશે કે જોમ બદન ના બોજા લાગોને થાકવીયાથી તેઓ કામ કરવાને અશક્ત થાયેછે તેમ થાન પણ થાયેછે.

શી૦—એ પરમાંજોતો બચાંને પણ અવગુણ થાયે એવું મને લાગેછે.

ડા૦—કેમ વાડું, સમજાવો, જોઈયે ?

શી૦—જોમ તમે સમજાવીયું કે બદનનાં હરેક ભાગને જરૂર કરતાં વધારે કાંમ સોંકીયાથી તેઓ વધારે કામ કરવાને અશક્ત થાયે છે, તેમ બચાંની હોજરીમાં ઘડી ઘડી કુધ જયાથી તે કુધને પચાવાને અશક્ત થાયે એમાં મને નવાઈ જેવું લાગતું નથી.

ડા૦—તમે કહોછો તે ખરી વાતછે. ઘડી ઘડી બચાંને વગર કારણે થાન આપીયાથી કુધ જરી શકતું નથી. એક તમે તમારો પોતાનો દાખલો લેવો. બપોરના સારીપેઠે જમીયા પછી થોડા વખતમાં તમને કાંઈ પણ ખાવા ગમશે નહીં, પણ વખતસરજ જરે ખોરાક હોજરીમાં પચી રહેછે તારેજ લુપ્પ લાગેછે અને તારેજ તમે બીજો ખોરાક પણ લેવોછો; જો ખાધા ઉપર થોડા વખતમાં બીજું કાંઈ લીધું હોયેતો અજીરણ થયા વગર રહેતું નથી.

બાનુ૦—હા, એ ઉપરથી સમજ પડેછે કે જોમ માણસને ખાવાનો ચોક્કસ વખતછે તેમ બચાંમાં પણ હોવો જોઈયે, પણ આપણા લોકો તે ઉપર કાંઈ પણ ધ્યાન આપતાં હોયે એવું લાગતું નથી. વાડું, ડાક્ટરજી, બચું તનદરોસત રહે એટલા માટે તેને કેટલી વખત અને કેયારે કેયારે ધવાડવું જોઈયે ?

૬૧૦—એ બાબદ વીશે આપણા લોકોમાં ઘણું જ અંજાણપણું છે. કોઈ વેલા એક કલાકને અંતરે ધવાડે છે તો બીજી વેલા બે અથવા ત્રણ અથવા ચાર કલાક લગાડે છે; અથવા અરધો કલાક જ તો નથી એટલામાં પાછું ધવાડે છે; ધવાડવાના વખતમાં તેઓ કાંઈ પણ નીચ મ રાખતાં નથી, જરૂરે મેળે અથવા ફરસુદ આવે છે અથવા યાદ આ વેળે તારે ધવાડે છે. એ પરમાંજે કીધાથી માંએ તેમ બચાને બેઠને ઇ જ પોંડાંએ છે. જે માંએ બચાને ધવાડવાનો ચોકસ વખત રાખતી નથી તેને બચું ધાવવાને ઘડી ઘડી કાયેર કરે છે; પણ જે બચાને ચોકસ વખતે ધવાડવામાં આવે છે તેને ચોકસ વખતે જ થાન માગવાની ટેવ પડે છે. તેથી માંએને કંટાલો થતો નથી અને તેને બીજું કામકાજ કરવાને ફરસુદ મળે છે. વલી બચાને પેહેલાંથી વખતમાં કાયેદો રાખીયાથી બીજી બાબદોમાં કાયેદો સંભાલવાની ટેવ પડી જાય છે અને આ ગલ ચાલતાં બચાં ઉપર તેથી સારી અસર થાય છે. પેહેલા દશ દા હાડા લગી બચાંને ઘણી જલદીથી લુખ લાગે છે કાંયેકે તે દર વખતે ઘણું થોડું ધાવી શકે છે અને તેથી વારે ઘડીએ ધવાડવાની જરૂર છે. દશમે દાહાડાથી તે મહીનો થાયે તાંહાં લગી દીવસમાં દર બેબે કલાકે અને રાતરે દર ત્રણ કલાકે ધવાડવું. બીજે અને તરીજે મહીને દર ત્રણ કલાકે દીવસમાં અને દર ચાર કલાકે રાતરે અને ચોથે મહીનેથી દર ચાર કલાકે દીવસમાં અને રાતરે માતરે બે વખત જ ધવાડવું. રાતના છેક દશ વાગતે ધવાડીને સુવારવું, આખી રાત કાંઈ પણ આપવું નહીં અને સહવારના પાંચ વાગતાથી ધવાડવાનું પાછું સહરૂં કરવું. એમ કીધાથી બચાંને તેમ માંએને પણ કાયેદો થાય છે. તેણીની તનદરોસતી બરાબર જલવાઈ શકાય છે અને રાતરે પુરતી થાક લેવાને બની આવે છે. જે બચાંને વારેઘડીએ ધાવવાની ટેવ પાડી હોયે તો બચું રાતના ઘડી ઘડી કાયેર કરે છે અને તેથી માંએ પોતાની તનદરોસતી જાલવી શકતી નથી.

૬૧૦—એટલી સાદી સમજણ નહીં રાખીયાથી માંએને કેટલું સોશવું પડે છે તેના બેચાલ થઈ શકતો નથી. એવી બરાબર વખતની ટેવ નહીં પાડીયાથી માંએ ચીરડાઉ થઈ જાય છે, એટલું જ નહીં પણ બચું પણ ચીરડાઉ થાય છે; વલી તેને કવખતે ખોરાક મળે છે તારે તે પુરતો મલી શકે નહીં અને તેથી માંએ અને બચું બેઉ હેરાન થાયે તેમાં નવાઈ શું છે.

૬૧૦—મેં એક ચોપડીમાં વાંચીયું છે જે જાનવરો પોતાના બચાંને તવલાવો તવલાવીને પછી દુધ ચ્ચાપેછે. જારે માચ્ચે જીવેછે કે હવે બચાંને ખરેખર લુખ લાગીછે તારેજ તે ધાવવા દેછે; કવખતે તે કદી પણ ધાવવા દેતો નથી. જારે જાનવરોમાં એટલી બધી ચ્ચટકલ હોયે તારે માણસો સાદી સમજ રાખે નહીં એ ચ્ચક્ષોસ કરવા જેવું છે.

બાનુ૦—પણ ડાકટરજી ઘણી વેલા માચ્ચેને દુધ પુશકલ હોયેછે ચ્ચને જો તે બચાને વારેઘડીએ ધવાડેતો શું ચ્ચડચ્ચણ છે ?

૬૧૦—બાનુબાઈ, મેં તમને હમણા સમજાવીયું કે બચાંને વારેઘડીએ ધવાડવાથી માચ્ચેને નુકસાની થાયેછે એટલુંજ નહીં પણ બચાંને પણ થાયેછે. જો કદાચ માચ્ચેને પુશકલ દુધ હોયે તેથી એમ નહીં સમજવું કે તે સઘલું ખપમાં લાવવું જોઈયે. એમ કીધાથી તેને દુધ થોડા વખતમાં કમતર થઈ જાયેછે ચ્ચને પછી બચું વધારે તવ લેછે. સઘલું માફકસર હોયેતો સારું.

બાનુ૦—પણ તારે દુધ ઘણું હોયે તે જાયે કાંઈ ?

૬૧૦—જે માચ્ચેને જરૂર કરતાં વધારે દુધ હોયે તેણીએ પેટેલાં થોડું દુધ બીજાં કોઈ બચાંને ધવાડીને ચ્ચથવા બીજી હરેક રીતે કાહાડી નાખીને પછી પોતાનાં બચાંને ધવાડવું. જારે થાનમાં દુધ પુશકલ હોયેછે તારે તે બચાંનાં મોહોડાંમાં એકદમ પુશકલ રેડાયેછે તેથી બચું દુધ ગલી શકતું નથી ચ્ચને તે ગુંગરાઈ જાયેછે. વલી એ દુધ પચી શકતું નથી, કાંયેકે તે લખ સાથે મલી શકતું નથી. જે બચાંને ધાવીયાથી માફકસર દુધ મલેછે તે દુધ લખ સાથે ચ્ચછી રીતે મલેછે ચ્ચને પછી તે પચી શકેછે.

બાનુ૦—પણ તારે ઘણું દુધતો એક જાતની વલી પીડા સરખું છે. તેનો કાંઈ ચ્ચટકાવ થઈ શકે કે ?

૬૧૦—એવી માચ્ચે ઘણું પાણી પીવાનું મોકુફ કરવું; ગરમ ખોરાક ખાવો નહીં; પણ હલકા ખોરાક ઉપર રહેવું. એ પરમાણુ કરવાની જરૂર પણ છે, કાંયેકે પુશકલ દુધ કદી પણ કુવતદાર હોયે નહીં; તેમાં પાણીનો ભાગ વધારે હોયેછે.

વલી ધવાડવામાં એક બીજી જાણવાજોગ બાંબદ એછે કે માચ્ચે હમેશાં બેઠ થાને ધવાડવું જોઈયે. કેટલાંએક બચાં એકજ થાને ધાવવાનું પસંદ કરેછે ચ્ચને માચ્ચે બચાંને લાડ લડાવીને એકજ થાને

ધાવવા દેછે પણ તેથી બીજા થાનને નુકસાની થાયછે તેની માઝે કાંઈ સમજ રાખતી નથી. વલી એકજ થાને ધવાડવાની ટેવ પાડીયાથી બચામાં બોડ પેદા થાયછે, એક બાજુ ઉપર દબાન આવીયાથી બીજી બાજુ કરતાં તેની વધમાં ફરક પડેછે અને તેથી બચાના બદનમાં વાંક આવેછે વલી એજ ખરાબ ટેવને લીધે ઘણા બચાં આંખે બારાં થાયછે. તેઓને એક તરફ આંખનો દોલો ફેરવીને જીવાની ટેવ પડી જાયછે અને તેથી તેઓ બારાં બનેછે.

એ ઉપરથી સમજ પડશે કે જરા સાદી સમજ રાખીયાથી દરેક માઝે પોતાનાં બચાંને તનદરોસત રીતે ધવાડી શકેછે; અને આજે જે ધવાડનારીનો ખપ પડેછે તેનું ખર્ચ કારણ ધવાડવાની બાબદમાં બેસમજ સીવાઝે બીજું કાંઈ નથી.

હવે, હું રજા લેઉં છું.

પરચુટણ.



MISCELLANEOUS.

ગટરો વીશે ડાક્ટર લમજડનના વીચાર—(૩૫૧ મે પાનેથી સાધણ.) ગટરમાં સુખીય તરણ જાતની જેહરી હવા હાયછે; કારખાનીક આસીડ ગેયાસ, સલ્ફીયુરેટ હાઈડ્રોજન અને કોલ ગેયાસ; કોલ ગેયાસ (જે હાલ બાકવામાં આવેછે તે) કાંઈ પેદા થતી નથી પણ નક્કીઆમાહિથી ગલીને બાહર જમીનમાહિથી ગટરોમાં પસાર થાયછે. એ ગેયાસ હવા સાથે મલીને મોટે આવાજે કુટેછે તેથી ધાસતી ભરેલીછે.

સલ્ફીયુરેટ હાઈડ્રોજન ગેયાસ ઘણી જેહરી હવાછે અને જે હવામાં દર લાખ ભાગે એક ભાગ એ ગેયાસનો હાયછેતો તે જાતની નુકસાની કરેછે.

કારખાનીક આસીડ ગેયાસ પણ ઘણી નુકસાનકારકછે. ગટરોની હવામાં તેનું પરમાણુ સેંકડે ૫ થીતે ૨૦૩ લગી રહેછે. એને પારખવાની રીત એક બલતી બતીછે, પણ તે ઉપર પણ ભરૂં શો રાખવો નહીં જોઈયે કાંચેકે જાત જાન સલામત નહીં રહે તાહાં બતી બલી શકેછે. એ જેહરી હવાઓ પેથવાનો અટકાવ કદી પણ થઈ શકે નહીં, અને આપણા હાથમાં જેમ બેસતેમ એ હવા કાહાડી નાખવાના ઉપાયે કીધા સીવાઝે બીજું કાંઈ પણ રહી

નથી. હવે એ હવા કાહાડી નાખવાને સાધારણ ઉપાયો શું કામ લગાડે છે તે ત પાસી જોઈયે. પેહેલાં રસ્તાની સ્પાટી બરાબર ગબારાં પાડેલાં હોયે છે. એઓની તરફેણમાં એટલું જ કેહેવાનું છે કે રસ્તાની એકે બાજુના ઘરોથી એ સરખી દુર જગા માહિથી અધૂરી રીતે એ હવાઓ નીકલે છે; બાકીનું સઘલી રીતે એ ગબારાં વાંધા ભરેલાં છે. નહીંઓની મારફતે એ હવા કાહાડી નાખવાનું પેહેલવેહેલાં કીક લાગે છે અને જો સઘલાં ઘરો એકસરખાં અને એક ઉંચા ધના હોયે તો એ રીત ચાલી શકે; પણ પરેલના રસ્તાનો દાખલો લેવા, અને નહીંઓનો ગુચવણ ભરેલો દેખાવ ઉપર નજર કરે; તે નહીંઓનો મુકવાનો, દરસત કરવાનો, રંગ લગાડવાનો, અને તે ઉપર ચોક્સી રાખવાના ખરચ ઉપર વીચાર કરે; અને નીચેના દાખલા ઉપરથી દાખલો પકડો:—

પારીસ શહેરમાં એક ઘરના ઓરડામાં એકક પછી તરણ જુવાન સખસ રહી ગયા અને દરેક જણ થોડા મહીનામાં મરણ પામીયા. મીં ૦ ડી આરસે ટને તેની તપાસ કરવાને ફરમાવીયું અને તેને માલમ પડીયું કે ઉપરના માર ના પાડાનો એક નલ દીવાલમાહિથી નીચે પસાર કીધેલો હતો, એ નલ ગલ તો હતો અને તેથી દીવાલ ભીની રહેતી હતી; પણ ઓરડામાં કાંઈ વાસ આવતો નહી હતો. તે નલને દરસત કીધો અને પછી જે સખસ આવીને ર હેયો તેને કાંઈ પણ અલવલ થઈ નહી

અહીં (સુખઈ શહેરમાં) જેહેરી હવાઓ પેદા થાયે છે તેના એક દાખલો હું આપું છું. ૧૩ મી મેએ અરમકીન રોડ તરફના ઓરાહ સટરીટના એ ક ધરનો કુવો સાફ કરતાં એક જુવાન માણસ મરી ગયો. પાણી કાહાડી ના ખીયા પછી મરનાર સાથ ખીજ એ માણસો કુવામાં ઊતરીયા; મરનાર કા દવથી તોપલી ભરવા ગયો, પણ હજુરતો ભરવાનું શીર કરે છે એટલામાં તો તે ને ગોલી વાગી હોયે તેમ ખેસુધ થઈને પડીયો. ખીજ એ જણ મોટા ભાયે ગે જીવથી ખંચીયા. તે માહેનો એક જણ કેહેવા લાગો કે આગલ એક વખતે તેણે એ કુવો સાફ કીધો હતો પણ તે એટલો ખરાબ હાલતમાં હતો નહી; તેણે કહીયું કે મરનાર હજુરતો કાદવને હીલવતો નથી એટલામાં પડી ને મરણ પામીયો; અને તે પોતે પણ ખેસુધ થયો હતો પણ તે ખંચી ગયો. કુવાના કાદવની તપાસ થઈ શકી નહી કાંચેકે તે પાછો પાણીથી બરાબ ગયો હતો, પણ એકદમ જેહેરી હવા અને તે કારણાનીક આસીડ ગેયામ નીકલી હશે તેમાં કાંઈ પણ શક નથી. એવા ખીજ સાત દાખલા નોંધાયેલા જ હાયે છે અને જરે ઉધાડા કુવામાં એવી જેહેરી હવા પેદા થાયે તારે એક ખંચીયાર ગટરમાં ૮૫ થીતે ૯૦ ડીગ્રીની ગરમીમાં શું થાયે તેનો વીચાર રે હેલથી થઈ શકશે.

ઉંચા નલોની ભલામણ કરવામાં આવે છે, પણ તેઓ મુકવાને માણ મોંઘા પડે છે તેટલા મોટે તેઓ કામ કરી શકશે કે નહી તે જાણવાની જ રહે છે. હવાનો આવલવ નવની બાહિરની અને અંદરની ગરમી વિષય આ ખાર રાખે છે. હવે એ બાબદમાં નલો કીક કામ કરી શકે; પણ મીં ૦ ડી એક વાંધો ઉઠાવે છે કે જ્યાં નહી જોઈયે ત્યાં હવાનું જોર વધુ માટે આ

તેથી જાંહાં જરૂર હોયે તાંહાં હવાનું જોર કમતર રહેછે અને તેથી તે બ રાખર કામ કરી શકતું નથી.

વલી ગલીચ હવાને ચોખી કરવાના ઉપાયો કામે લગાડવામાં આવેછે; પણ તેની પણ વલી અડચણોછે. જો જોહેરી હવા પેદા થતાં અટકાવ કર્યો હોયેતો ગલીચી સાફ કરવાની દવાઓ ગટરના મોહોડાં આગલ રાખવી જોઈયે; પણ તે બની શકે એવું નથી. ગલીચી સાફ કરવામાં કોલસો સ ઉથી સરસછે; તે અહીં કામે લગાડીયુંછે, પણ આશા રાખીયા બરાબર કા મ થઈ શકીયું નથી; તેને બદલે ઉલટી હવાનો આવજાવમાં અટકાવ થયો છે અને ગરમી વધીછે.

જોકે ગટરની હવા ઘણી જોહેરીછે તોયપણ એટલી વાતતો ચોકસછે કે જાંહાં ગટરે બાંધવામાં આવીછે અને તે ઉપર સંભાલ અને મેહનત લેવા યેછે તાંહાં લોકોની તનદરૌસતીમાં દેખાતો સુધારો થાયછે; અને એ પણ ખરૂંછે કે તેથી મુંબઈને પણ ઘણો ફાયદો થાયે. જમીનની સપાટી ઉપર વરસાદનું પડતું પાણી કાહાડી નાખવાની વેતરણની ઘણી જરૂરછે. કા પટન તુલાક કેહેછે કે હાલની ગટરોથી એ સધલું પાણી નીકલી જાયછે; અને જાણે તેના બોલોની સચાઈ પુરવાર કરવાને માટે ગયા આગસ્ટ મહીના ની મીસાલે મારતોલ વરસાદ આવીયોછે. ૨૭ સી જુને ૨૮ કલાકમાં ૧૪ ઇંચથી વધારે વરસાદ પડીયો હતો. જોરે વરસાદ પડતો હતો. તારે હું આ નીચે જણાવેલી જગા ઉપર ગયો હતો;—તારદેવ, ફાકલંડ રોડ, ખેત વાડી, ગીરગામ, બંરીચ કાનડી રોડ, મેદાન, બોરીબંદર, માંદવી, ચક્ષો, મારકીટ, અરસકીનરોડ, નલ બજાર, પરેલ રોડ, બાંચેખલા, આગરી પા ડા, અને કામાઠીપુરા; અને એ સધલી જગામાં એવી એક નીચલી જગા માલમ પડી નહી હતી કે જાંહાં થોડું અથવા વધુ પાણી ભરાઈ નહી ગયું હોયે.

બેલાસીસ રોડની પાસે ૪ ઇંચ ઉંડાઈનું પાણી ભરાયેલું હતું. ફાકલંડ રોડના રસ્તા ઉપર આડું પાણી વેહેતું હતું. ગીલડર સ્ટેશનમાં મારા ઘો ડાના તંગ લગી પાણી આવતું હતું. ખેતવાડીમાં તેથી પણ ઉંચું આવતું હતું. અરસકીન રોડની મારકીટમાં અને તેની આસપાસ લોકો જાણે પાણી મા તરતાં હતા, અને મેદાનમાં ગુઝણ લગી પાણી હતું. નીચલાં ઝુપડાં અને ચાલમાં રેલ આવી હતી; અને ઘણાં સારાં ઘરો જાણે ઘોઘ કાહાડીયાં હો યે એવાં લાગતાં હતાં. એજ જગા ઉપર ખીજે દાહાડે હું ગયો હતો અને આપ્પા ફ્લાટસથી તે મેહમ લગીનો લટો લેઈને પરેલ તરફથી પાછો આવીયો. એ વખતે શેહર ફોડું હતું પણ એણીગમ પેલીગમ છુટે જવાઈએ પાણી એકઠું થયેલું હતું; પણ રસ્તાઓ સઘલા કોડા હતા; સધલું પાણી ધસડાઈને ભાંચે ખલાથી તે મેહમ અને વરલી વચેના ફ્લાટસમાં એકઠું થયેલું હતું.

એવા રેલ સરખા વરસાદ ઉપરથી માલમ પડેછે કે હાલની ગટરોને ૨ સતે સપાટી ઉપરનું પાણી ચાલીયું જાયે; અને જો તેને સુધારવામાં આવેતો ઘણી જડકથી તેમ પુરતી રીતે થઈ શકે. (સાધણછે.)